

**ХЕЛЪБА  
ХНА  
ХИДЖАМ**

Бредства Кеченкяно Букне



Издательство "Дагват"

Ответственный за выпуск книги Хафизов Ильшат

В книге использована информация из открытых для цитирования источников: snble.com, islambio.com, rodibio.com, rouqyah.com, al-athary.net и др.

**Информация, содержащаяся в книге, носит рекомендательный характер. Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь с врачом**

По поводу оптовых поставок обращаться по телефону:  
8-903-311-80-53 или 8-937-30-33-734, [www.dagvat.ru](http://www.dagvat.ru)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## Хельба

**Хельба** ( الحلبة , *trigonella foenum-graecum* L., пажитник сенной, хильбе, шамбала, чаман, фенугрек, фенигрекова трава, греческое сено, греческий козий трилистник, греческая чечевица, треуголка, верблюжья трава) – популярная во всем мире специя и лекарственное средство. Всё растение (включая семена) обладает интенсивным запахом с легким ореховым ароматом.

Растение имеет малоразветвленный стебель высотой 50-60 см. Цветки мелкие, желтые. Семена ромбической формы, мелкие, длиной 4 мм, коричнево-желтые. Плоды коричнево-желтого цвета образуются в стручках треугольной формы, их не более 20 штук в стручке. Вкус их сладковатый с горчинкой, улучшается после обжаривания, приобретая вкус жженого сахара. Во время цветения растение издает своеобразный приятный аромат.

Родиной хельбы считается восточная часть Средиземноморья, Малая Азия. В диком виде пажитник сенной сохранился в горах Турции, в Иране и Ираке. Произрастает растение в Южной Европе, Малой Азии, Иране, Сирии, Ираке, Пакистане, Монголии, Японии, Северной Африке, Эфиопии, США. Его выращивают в странах Средиземноморья, Эфиопии, Индии, Китае и Аргентине, на Кавказе. Как кормовое, пищевое и лекарственное растение хильбе выращивается в Южной и Средней Европе, Индии, Китае, Южной Африке и Эфиопии, в Америке. Сейчас хильбе культивируют во Франции, Аргентине, Египте, Тунисе, Марокко и Эфиопии.

## Состав семян хельбы

Современные учёные, проанализировав состав пажитника, выяснили, что его семена содержат много питательных компонентов:

- белки
- крахмал

- сахар
- калий
- кальций
- магний
- железо
- фосфор
- натрий
- цинк
- витамин А
- витамин С
- витамин В1
- витамин В2
- витамин В9 (фолацин, фолин, фолиевая кислота)
- витамин РР
- эфирное масло
- энзимы

Помимо всего прочего, семена хильбе содержат все необходимые нашему организму незаменимые аминокислоты.

## **Применение и биологическое действие**

Европейское научное общество после глубоких научных исследований по фитотерапии включило пажитник в перечень средств, полезных для терапии диабета и снижения уровня холестерина. Пажитник также способствует окислению липидов и тем самым снижает уровень свободных радикалов в крови.

Спектр медицинского применения хильбе очень широк, потому что она имеет сильные противовоспалительные свойства и действует успокаивающе. Хильбе — отличное средство для ослабленных после болезни и выздоравливающих людей, особенно при заболеваниях нервной, дыхательной и репродуктивной систем.

Германская комиссия по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов, признала полезность пажитника и утвердила его использование в 4 медицинских целях, в частно-

сти, для растворения слизи и других выделений, для улучшения кровообращения и препятствия росту инфекций.

Также хельба оказывает возбуждающее аппетит, общеукрепляющее, тонизирующее, отхаркивающее, восстанавливающее, мочегонное, стимулирующее половую потенцию, анаболическое, седативное. Является ценным источником белка.

Доказана способность хильбе снижать уровень холестерина, триглицеридов; питает ткани: плазма, кровь, костный мозг, нервные клетки, клетки половых органов.

В Древнем Египте хильбе использовали для лечения ожогов и для стимуляции родов, а также для бальзамирования мумий. В пятом веке до нашей эры знаменитый Гиппократ лечил пажитником множество заболеваний. Эти семена некогда использовались и гладиаторами и греческими спортсменами для придания сил и аппетита. Карл Великий в своих владениях разводил пажитник и использовал его как средство от облысения. Арабские врачи использовали пажитник в мазах для лечения ран и абсцессов, так как в семенах хильбе содержится много растительной слизи и клеящих веществ. Нанесение этой слизи на рану хорошо успокаивает раздраженные и воспаленные ткани. Подобным же образом она действует при приеме внутрь. Китайские врачи применяли ее для лечения грыжи, лихорадки, при болезнях мочевого пузыря, почках, мышечных болях и импотенции, рекомендовали при лихорадках, кишечных и легочных заболеваниях, половых инфекциях у мужчин, запоре, атеросклерозе, высоком уровне триглицеридов и холестерина. Индийские специалисты этой пряностью лечат язвенную болезнь, укрепляют женское здоровье. Индийские женщины едят семена шамбалы после родов, чтобы укрепить спину, восстановить силы и увеличить приток грудного молока.

В Европе широко использовали хильбе бенедиктинские монахи. Начиная с IX века это растение широко применялось в народной медицине для лечения ран, лихорадок, респираторных и желудочных заболеваний. В Северной Америке колонисты использовали пажитник для лечения женских болезней. Со временем она стала главным компонентом знаменитого травяного лекарства Лидии Пинкхэм,

известного средства от менструального дискомфорта. Во всяком случае, американская создательница этого лекарства объявила его величайшим медицинским открытием XIX века.

В настоящее время хильбе широко используется во многих странах по всему миру. В Саудовской Аравии и других арабских странах хильбе пользуется популярностью, там используют не только семена этого растения, но и зеленые листья из-за их высокой питательной ценности. Арабские женщины от Сирии до Ливии едят поджаренные семена шамбалы, чтобы придать округлость груди и бедрам, а округлые формы, как известно, считаются идеалом красоты на Востоке.

Проростки хильбе дезинфицируют и очищают кровь, почки и печень. Они стимулируют аппетит, рекомендуются при анемии и физической усталости. Проростки употребляются в сыром виде. Их вкус немного острый, поэтому они используются как приправа для салатов, супов.

Семена хельбы оказывают противовоспалительное действие, нормализуют пищеварение, стимулирует лактацию и сокращения матки, снижает уровень сахара в крови, усиливают половое влечение. Семена эффективны при болезненных месячных и симптомах менопаузы. Служат целебной горечью для пищеварительного тракта, полезны при диабете, а наружно — при воспалениях кожи.

Надземные части растения оказывают спазмолитическое действие при болезненных менструациях, диарее или гастроэнтерите. Облегчают родовые схватки.

## **Рецепты по применению**

Рецепты с семенами пажитника нашли в египетских папирусах, датированных 1500 гг. до н.э.

### **Заболевания органов дыхания**

Хильбе является одним из лучших домашних средств при простудных и легочных заболеваниях, её используют при гриппе, бронхите,

ларингите, синусите, пневмонии, туберкулезе, при затяжном, хроническом кашле, бронхиальной астме.

Рекомендуется 2 чайные ложки семян поварить в 1 стакане воды 5-10 мин. на медленном огне с финиками, инжиром или медом (можно комбинировать). Принимать 3-4 раза в день по пол стакана питья. При сухом кашле очень помогает молочный отвар хильбе. При болях в горле можно полоскать настоем: 2 столовые ложки семян хильбе томить 30 мин. в 0.5 л воды, снять, дать постоять 15 мин., процедить.

При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите. Семена пажитника сеного (хильбе) — 10 г. плоды фенхеля — 10 г. цветки бузины — 10 г, липовый цвет — 20 г, трава фиалки трехцветной — 20 г. Столовую ложку сбора настоять на стакане холодной воды, через 2 часа варить в течение нескольких минут, процедить отвар и пить теплым в несколько приемов за один день. При трахеобронхите, хроническом бронхите, сухом бронхите.

### **Женское здоровье**

Хильбе является превосходным лекарством для лечения женских заболеваний. Семена хильбе содержат диосгенин, по структуре и действию сходный с женским половым гормоном эстрогеном. В больших количествах хильбе действует как сильный стимулятор, способствующий наступлению менструации и вызывает приток грудного молока. При недостатке молока пейте 3-4 стакана настоя семян хильбе в сутки (2 чайные ложки семян на стакан кипятка, заварить с медом).

Спринцевание крепким настоем (1-2 столовые ложки семян на стакан кипятка) успешно применяется при лечении инфекционных заболеваний половой сферы, при воспалении матки, влагалища и вульвы.

Отвар семян хельбы питье при болезненных менструациях - 1 ч.л. хельбы залить 1 стаканом воды и варить на медленном огне 4-5 минут. Процедить. Добавить по вкусу мед, лимон, молоко.

### **Заболевания желудочно-кишечного тракта**

Отвар из хельбе очищает желудок, почки, кишечник от слизи и шла-

ков. Настой покрывает стенки внутренних органов защитной слизью, что оказывает целебное воздействие при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Прием семян пажитника с теплой водой перед сном поможет избежать запоров.

### **Сахарный диабет**

Замочите 2 чайные ложки семян в воде и оставьте на ночь. Утром выпейте полученный настой с отваром стевии.

### **Анемия**

Семена хильбе богаты железом. Принимайте 1-2 чайные ложки с финиками или медом. В таком сочетании железо хорошо усваивается, повышается уровень его содержания в крови.

### **Импотенция**

В качестве общеукрепляющего и тонизирующего средства 2 чайные ложки измельченных семян принимать ежедневно в чашке горячего молока. Особенно полезны проросшие зерна хильбе.

Для улучшения потенции Тысячелистник — 100 г, корень аира — 50 г, семена хильбе — 50 г. Столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, остудить, процедить. Принимать по стакану настоя три раза в день.

### **Синусит**

При воспалении придаточных пазух носа семена (1 чайная ложка) томить в 250 мл воды, пока не останется половина объема. Пить по 3-4 чашки отвара в день.

### **Артриты**

Хильбе используют при тяжёлых формах артритов и полиартритов: 1 столовую ложку семян пажитника потомить в течение 5 мин. с листьями стевии, пить по половине стакана 3-4 раза в сутки. Одновременно использовать ладан.



## **Очистка кишечника**

Нужно приготовить отвар из смеси плодов можжевельника, семени укропа — по 2 части, алоэ и семени хильбы по 1 части. Растения измельчите, смешайте и храните в сухом месте. Для приготовления отвара возьмите на 1 стакан воды 1 чайную ложку измельченной смеси, ошпарьте кипятком и кипятите 10—15 минут. Пейте отвар на ночь. Сбор действует очень мягко, очищающее действие отвара наблюдается через 12—13 часов.

Еще рецепт, который хорошо очищает толстый кишечник, помогает при запорах и стимулирует функцию почек. Приготовьте смесь из плодов можжевельника — 3 части, семени укропа — 2 части, алоэ и семени хильбы — по 1 части, молотого корня бузины — 3 части. Смесь разотрите и приготовьте отвар на один прием из расчета 1 чайная ложка смеси на 1 стакан воды. Этот отвар рекомендуется и для предупреждения отеков, особенно людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями.

**Предупреждение:** при заболеваниях печени, желчного пузыря, геморрое, маточных кровотечениях, при гипертонии, тяжелых сердечно — сосудистых заболеваниях, а также при беременности принимать препараты алоэ нежелательно.

## **Болезнь почек**

Чай из хильбе очищает почки. Густой отвар фиников с хильбе является хорошим мочегонным средством, дробит камни почек и мочевого пузыря.

## **При воспалениях кожи и слизистых оболочек полости рта.**

Семена хильбе, трава руты, корневище лапчатки прямостоячей (всех видов по 20 г). Сварить в одном литре воды. Отвар применять для примочек при лишае.

## **Нервная система**

В сочетании с валерианой хильбе действует как отличное тонизирующее и успокоительное средство — 1 столовую ложку молотого хильбе добавляют в подогретое молоко и принимают ежедневно.

## Косметологическое применение

### - Кожные заболевания

Паста из молотых семян используется для лечения язв, абсцессов и труднозаживающих ран, очищает кожу, избавляет от бородавок, помогает от фурункулов и целлюлита.

### - Маски для волос

- 1 чайную ложку молотого пажитника смешивают с оливковым и тминным маслом. Можно добавить щепотку молотого чёрного перца. Смесь втереть в корни волос, голову утеплить. Маску держать на волосах полчаса, затем смыть. Ускоряется рост волос, уничтожается перхоть и излечиваются различные дерматиты кожи головы.

- Кашица из молотых семян, накладываемая на кожу волосистой части головы, способствует росту волос. Также употребляйте в пищу проросшие зерна хильбе для усиления эффекта. При перхоти замочите 2 ст. л. семян в воде на ночь. Утром размяченные семена разотрите в кашицу и нанесите на кожу головы на 1 час. Затем тщательно вымойте голову.

- Прокипятить 4 столовые ложки порошка в одном стакане воды, после чего процедить и несколько раз в день протирать полученным составом кожу. Использовать для лечения тусклых, ломких волос, при выпадении.

### - Маски для лица

- Очищающая маска. 1 чайная ложка семян пажитника смешивается со столовой ложкой оливкового масла, наносится на десять минут. Маска помогает избавиться от прыщей, различных дерматитов.

- Питательная маска. 1 чайную ложку размолотых семян смешать с желтком, 1 ч.л. меда, 1 ч.л. тминного масла, 1 ч.л. оливкового масла. Нанести на 15 мин., смыть.

- Увлажняющая маска. 1 чайную ложку семян хильбе смешать с 1 ч.л. меда, 1 ч.л. сока моркови и 1 ч.л. сока алоэ. Нанести на 20 мин., смыть.

*Косметическое действие эфир-*

Противовоспалительное средство, очищает кожу. Используется для предотвращения выпадения волос и увеличения их роста. Применяется для массажа головы, добавляется в маски и шампуни.

**Дозировки:** Если нет других указаний, 1-2 чайные ложки семян (лучше молотых) томят в 1 стакане воды на медленном огне 5 мин. Для улучшения вкуса добавить финики, мед, инжир, лимон, мяту, стевию.

**Противопоказания:** не использовать хильбе в первом триместре беременности, так как оно имеет абортивный эффект, а также при вагинальных кровотечениях.

### **Примечание**

Хильбе вначале применения дает специфический запах поту (сильные очищающие свойства). Но при соблюдении ежедневной гигиены тела и употреблении достаточного количества жидкости запаха можно избежать. Если часто пить чай из хильбе, со временем смущающий запах сменится на приятный аромат этого растения.

## **Использование в кулинарии**

Семена пажитника незаменимы для приготовления многих блюд индийской кухни, например, "дхала". Хильбе входит в состав смеси приправ хмели-сунели.

Эта же травка под названием «чаман» распространена в Армении. Её семена придают блюдам ореховый привкус, и в некоторые овощные блюда вместо измельченного фундука добавляют слегка поджаренные семена шамбалы.

Являясь ценным источником белка, хельба незаменима в вегетарианской кухне.

Является прекрасной пищей в период выздоровления и при упадке сил, особенно при слабости нервной, дыхательной и репродуктивной систем. Употребляемый в виде каши, пажитник увеличивает лактацию и способствует росту волос. Очень полезно добавлять хильбе в

сладкие блюда молодым мамам — это тонизирует и укрепляет все органы организма, ослабшие после родов.

Хильбе добавляют в овощные блюда для лучшего их усвоения.

Семена пажитника часто используются восточных кухнях. Эти ароматические семена вначале необходимо слегка поджарить, иначе в процессе приготовления они приобретут горький вкус.

Проросшие семена пажитника используют как лечебный пищевой продукт при несварении, пониженной функции печени и слабости спермы. В качестве тоника можно ежедневно принимать по одной столовой ложке порошка из семян пажитника.

В Египте и Эфиопии пажитник является популярным компонентом хлеба, который арабы называют «хулба», а жители Эфиопии «абиш».

В Греции семена (сырые или вареные) едят вместе с медом. А в США их добавляют в острые соусы, закуски и различные пряные смеси для сэндвичей. В Индии семена хильбе пользуются особой любовью.

Хильбе легко выращивается на приусадебных участках и просто на подоконнике.

## **Хна**

Уникальное лечебное средство

В тропическом климате от Северной и Восточной Африки до самой Индии простираются дикие заросли лавсонии семейства дербенниковых. Кустарник, величиною с нашу сирень, имеет широколанцетные листья и пахучие розовые или белые метельчатые соцветия. Молодые листочки, собранные с верхних веток, обладают самым интенсивным красящим свойством, они идут на производство красителя для текстиля и мехнди (краска для тела). Остальные листья перерабатывают для окрашивания волос. Из стеблей кустарника, которые не обладают красящими свойствами, получают бесцветную хну. Из цветов — превосходное эфирное масло, а все части лавсонии используются для изготовления различного рода лекарственных препаратов. Хна — это уникальное лечебное средство. Недаром в современной Индии и вообще на Востоке женщины красят ею не только волосы, но ступни и

ладони.

Хна издавна используется в народной медицине. В древности хну наносили на раны, лечили заболевания костей, кожные поражения и головную боль, использовали как вяжущее средство, средство для понижения давления и для остановки кровотечения.

Хна – это средство, рекомендованное Пророком Мухаммадом (мир ему и благословение Аллаха) для окраски волос и кожи. Наличие хны на коже не препятствует проникновению воды, поэтому ее применение не портит ни малого, ни большого омовения.

## **Что же известно современной медицине?**

Хна обладает очищающими, защитными и оздоровительными свойствами.

Хна оказывает благотворное омолаживающее и смягчающее действие на кожу лица и тела.

Хна улучшает структуру волос и предотвращает их выпадение, устраняет перхоть, укрепляет корни волос, питая их луковички, придает естественный блеск, отлично кондиционирует волосы, придавая им густоту, и облегчает последующую укладку.

Хна способствует снятию раздражения, очищению и смягчению кожи, устраняет зуд, гнойнички и прочие раздражения на коже, способствует излечению грибковых заболеваний.

Хна, ко всему прочему, еще и великолепный антисептик!

Хна оберегает кожу от воздействия активных ультрафиолетовых лучей.

Хна содержит органические кислоты, танины, полисахариды, смолистые и жирные вещества, витамины С и К, следы эфирного масла. Интересно, что обычные синтетические краски проникают внутрь волоса, а краситель хны не внедряется в структуру волоса, а покрывает его водонепроницаемой пленкой и надолго окрашивает.

## Несколько тайн хны

### Окраска волос

Реклама настойчиво убеждает нас в безопасности и даже полезности красителей для волос. Но химия – это все равно химия. Красота, созданная с ее помощью, недолговечна; гораздо дольше придется бороться с выпадением и истончением волос. Между тем окрашивание волос существует в косметологии тысячи лет. Красавицы древнего Египта и Вавилона, Индии и арабского Востока пользовались хной.

#### В каких случаях хна вам не подходит:

1. Ваши волосы недавно были окрашены средством на химической основе или промелированы. Растительные красители очень плохо сочетаются с химическими. В этом случае результат может быть абсолютно непредсказуемым. Цвет ваших волос может приобрести любой оттенок – от апельсинового до зеленого.
  2. Ваши волосы были подвергнуты химической завивке. В этом случае причина та же, что и в предыдущем пункте. После окраски волос хной делать химическую завивку также не следует.
  3. Ваши волосы очень светлые от природы, за исключением, разумеется, того случая, если вы преднамеренно желаете получить рыжий цвет.
  4. Вы привыкли менять цвет волос как перчатки. Хна не смывается, и ее никак нельзя удалить с волос. После окраски хной вы уже долго не сможете ни делать химическую завивку, ни пользоваться химическими красителями, ни освежать волосы мелированием.
  5. Вы хотите закрасить более 40% процентов седины (в этом случае можно получить морковный цвет волос).
- Вам понадобится: от 1 до 3 пакетиков хны (в зависимости от длины ваших волос), старое полотенце, небольшая миска, широкая парикмахерская кисточка, резиновые перчатки, вата, крем, пластиковая пленка (для этой цели вполне подойдет обычный средней величины целлофановый пакет), шпильки, если у вас длинные волосы.

### Этапы окраски волос:

1. Разведите хну кипятком до состояния густой сметаны. В хне не должно оставаться комков (для этого просейте хну перед тем, как разводить ее в воде, или протрите готовую смесь через ситечко). Для лучшего нанесения и создания дополнительного эффекта маски можно добавить в смесь желток, масло календулы, жожоба, мальвы или масло самой хны.

2. Накройте плечи старым полотенцем. Пятна хны с одежды удалить практически невозможно. Нанесите на лоб по линии роста волос крем, который будет препятствовать окрашиванию кожи.

3. Краску следует наносить на сухие, чистые волосы. Окрашивание лучше всего начинать с затылка. Затылочная часть головы имеет самую низкую температуру, поэтому волосы на затылке будут окрашиваться дольше. Потом нанесите краску на теменную и височные части головы, а в заключение прокрасьте волосы по всей длине. Следите за тем, чтобы хна не попадала на кожу. Если это случится, немедленно удалите ее с помощью влажного ватного тампончика.

4. После того, как вы окрасили все волосы, помассируйте их, чтобы хна легла равномерно. Если у вас длинные волосы, заколите их шпильками. Покройте голову пластиковой пленкой, уложив при этом на лбу по линии роста волос жгут из ваты, а сверху оберните полотенцем.

5. Сколько времени следует держать хну? Это зависит от начального цвета волос, их пористости и от того тона, который вы хотите получить. Лучше всего в этом случае провести перед окрашиванием тест на одной пряди. Это позволит вам безошибочно определить, сколько времени хна должна оставаться на волосах. Но если у вас нет ни времени, ни желания этого делать, знайте, если у вас светлые волосы, им для получения рыжего оттенка достаточно от 5 до 10 минут, темным волосам нужно – 30-40 минут, а черные – потребуют не менее 1,5-2 часов.

6. После того, как время окраски истекло, следует хорошо промыть волосы. Эта процедура не проста и довольно энергоемка. Волосы следует промывать до тех пор, пока вода, стекающая с них, не станет

абсолютно чистой. А чтобы вымыть из волос оставшиеся частички хны можно просто использовать любой бальзам-ополаскиватель или же позднее, при сушке, удалить их с помощью фена.

Следует помнить, что истинный цвет хны проявляется обычно через два-три дня, особенно на солнце. Поэтому стоит сходить в солярий или просто побыть на солнце, это даст возможность волосам заиграть новыми интересными красками.

Хочется добавить изюминку и получить цвет, который был бы только у вас? Можно поэкспериментировать.

Например, если, следуя древнеиндийскому рецепту, добавить в 100 граммов хны 10 граммов обычной молотой гвоздики, цвет волос станет более насыщенным, ярким и интересным. Свекольный сок также способен привнести свой дополнительный характерный оттенок.

Крепко заваренный чай сделает волосы более светло-жёлтыми. Добавка 4 чайных ложек кофе придаст волосам рыжевато-русый или каштановый оттенок. Для получения более разнообразных оттенков рыжего цвета достаточно соединить хну с 3-4 ложками какао. Волосы приобретут знакомый многим цвет красного дерева. А настой ромашки (1 столовая ложка соцветий на 1/2 стакана воды) сделает вашу шевелюру ярко-золотистой. Можно к кашнице из хны добавить немного чая каркаде, тогда волосы приобретут красноватый тон. Если заваривать хну вместе с луковой шелухой, можно добиться насыщенных оттенков цвета меди и золота.

## **Еще немного секретов или хна с басмой.**

В комбинации хны с басмой (индиго) при желании можно получить оттенки от светло-русого до черного. А вот применять одну басму не следует, так как ее натуральный цвет – темно-зеленый. Кашница из равного количества хны и басмы придаст волосам каштановый цвет.

Светло-русые волосы станут, если на них на 1 час нанести смесь из 1 части хны и 3 частей басмы. Если же продержать смесь дольше (1,5 часа), то получится натуральный каштановый цвет. Для получения приятного бронзового оттенка на 2 части хны следует добавить 1



часть басмы.

Известно, что есть комбинации хны с басмой для получения черного цвета, однако согласно хадисам, красить волосы в черный цвет нежелательно.

Теперь ваши волосы сияют красотой и здоровьем! Что можно сделать, чтобы сияние сохранилось?

– Хна имеет обыкновение выцветать. Но не используйте хну чаще, чем раз в два месяца. От частого использования возникает обратный эффект: волосы становятся тусклыми.

– Если вы хотите обновить старую окраску хной, сделайте это с помощью ополаскивания. Для этого разведите 50 грамм хны в 1,25 литрах кипятка. Профильтруйте смесь и остудите ее. Теперь ею можно ополоснуть ваши волосы.

Как нейтрализовать слишком яркий цвет?

Подогрейте немного растительного масла и тщательно вmassируйте его в ваши волосы. Подсушите их немного феном, а потом смойте масло шампунем. Масло абсорбирует хну. Если с первого раза результат не слишком заметен, повторите процедуру.

## Мехнди

Окраска волос хной – явление хорошо знакомое. Но есть более «восточные» методики ее применения. Это мехнди – рисунки хной на коже. В европейской практике они получили некое иное предназначение – татуаж хной, но это по сути своей неверно. От татуировки их отличает то, что они не изменяют природное естество человека. По Исламу татуаж запрещен, а вот применение хны для окраски кожи не только дозволительно, но и поощряемо.

Люди с давних пор украшали свое тело различными орнаментами. Роспись хной была известна в древнем Вавилоне, Ассирии, Месопотамии, древней Греции и в великой Римской империи. Рисунки из хны служили изысканным украшением для женщин. До сих пор традиция наносить рисунки хной по случаю любых праздников, да и просто для красоты, процветает в странах Ближнего Востока, Север-

ной Африки, Индии, Пакистане.

Живопись хной – искусство, которое не имеет строгих правил, ведь даже цвет рисунка всегда разный, в зависимости от состава пасты и кожи носительницы. Тем не менее, любая культура имеет свои традиции и свои орнаменты. Самые скромные – графические рисунки из стилизованных черточек, точек и крючков – у берберов Северной Африки.

В исламской культуре предпочитают крупные растительные узоры. В Индии любят филигранные линии и изгибы, похожие на кружева.

#### Приготовление пасты:

Качество рисунка определяется качеством пасты. Приготовление ее следует начинать заранее, днем раньше, поскольку для того чтобы паста была полностью готова, потребуется около 24 часов. Рецепт рассчитан на 20 грамм порошка хны, из которого выйдет примерно 100 грамм пасты. Этого достаточно для разрисовывания обеих рук до локтя.

#### Вам понадобятся:

- Порошок хны.
- Свежевыжатый и процеженный лимонный сок или сок лайма.
- Сахар.
- Ароматическое масло (по желанию).
- Небольшая пластиковая или стеклянная миска.
- Мерные ложечки.
- Пластиковые пакеты.
- Аппликатор: медицинский шприц (без иголки) либо пластиковая бутылочка с небольшим отверстием, либо пластиковый мешочек, в котором прорезают маленькую дырочку, широкая плоская палочка для рисунков (наподобие палочки от мороженого).

#### Вечером:

Перед началом замеса хну желательно просеять через мелкое ситечко. Это необходимое требование, если в вашем рисунке будет

много тонких линий, и вы собираетесь рисовать с помощью шприца. Тонкие линии удачно прорисовываются только однородной пастой из хорошо просеянной хны. Либо протрите через ситечко готовую смесь.

Примерно за 24 часа до предполагаемого использования пасты насыпьте 20 грамм хны (1 столовую ложку с верхом) в стеклянную миску и добавьте 1/4 стакана лимонного (лаймового) сока. Размешайте хну с лимонным соком до однородного состояния, так чтобы в смеси не осталось комков. На этом этапе консистенция смеси густая, напоминающая картофельное пюре. Заверните емкость со смесью в пластиковый пакет, плотно закройте, чтобы ограничить доступ воздуха, и оставьте, по крайней мере, на 12 часов в теплом месте (22-25°C). Можно слегка подогреть смесь на водяной бане.

Не рекомендуется разводить хну обычной водой, поскольку для высвобождения красящего пигмента из листьев требуется кислотная среда.

#### На следующее утро:

Разверните смесь и добавьте 1 чайную ложку сахара. Сахар необходим для того, чтобы смесь более плотно держалась на коже при нанесении. Кроме того, желательно, хотя и не обязательно, добавить 1 чайную ложку ароматического масла. Традиционно используют масло из цветов хны, но подойдет и любое другое, лучше всего древесное: масло чайного или апельсинового дерева, сандаловое, лавандовое, гвоздичное или эвкалиптовое. Паста с эфирными маслами оставляет более темный и более устойчивый рисунок.

Тщательно размешайте все ингредиенты. Теперь требуется довести консистенцию пасты до нужного состояния при помощи добавления лимонного сока. Точное количество лимонного сока определить довольно трудно, поскольку абсорбирующая способность хны зависит от многих условий (места выращивания, времени сбора листьев и погодных условий, в которых выращивалась хна). По консистенции готовая паста должна напоминать густую сметану или зубную пасту. Добавляйте к смеси лимонный сок по 1 чайной ложке, тщательно

размешивая его, пока не получите нужную консистенцию. Слишком густую пасту будет тяжело выдавливать из аппликатора. Если паста слишком жидкая – рисунок будет «течь». В слишком жидкую пасту нужно добавить чуть-чуть порошка хны.

Снова заверните емкость со смесью в пластиковый пакет и оставьте «созреть» еще на 12 часов в теплом месте. После этого паста готова к употреблению.

А теперь рисуем!

Рисунок прочнее держится на гладкой коже, поэтому предварительно обезжирьте кожу спиртом или спиртосодержащей жидкостью.

Шероховатую кожу разгладьте с помощью пилинга. После этого вотрите в кожу эвкалиптовое масло – не больше трех капель, чтобы не вызвать раздражения. Эвкалиптовое масло хорошо открывает поры и способствует легкому проникновению хны, а значит – лучшему закреплению рисунка.

Если у вас чувствительная кожа, предварительно проведите тест: капните на внутренний сгиб локтя эвкалиптовое масло. Заодно можете протестировать и хну. Через 12 часов проверьте, нет ли раздражения.

## **Искусство: рисовать можно по-разному**

### **Шаблонная техника**

В этой технике используются многоцветные или одноцветные трафареты с узорами. Их вы можете вырезать сами из плотного полиэтилена (многоцветный) или пластыря (одноцветный). После подготовки кожи трафарет с узором зафиксируйте скотчем (если это многоцветный трафарет) или просто наклейте на кожу. Теперь заполняйте свободные места толстым слоем пасты из хны. Наносить пасту можно острой палочкой, кисточкой или из шприца-кулечка. Подберите самый удобный способ для себя. Если вы используете готовую пасту из тюбика, то сначала тщательно перемешайте ее, размяв тюбик. Кончик отрезайте таким образом, чтобы отверстие было как можно меньше, и выдавливайте пасту равномерно с конца тюбика. Если волокна

хны будут закупоривать отверстие – удаляйте их иглой. Через 2 часа аккуратно уберите трафарет и, если он многоразовый, промойте водой для дальнейшего использования. А оставшийся на руке слой пасты аккуратно соскоблите ножом. Смыть и тереть нельзя! Выдержка 2 часа – это минимум, что нужно для закрепления рисунка при комнатной температуре. Но чем дольше время экспозиции хны, то есть промежуток времени, за который хна высыхает на коже, тем насыщеннее получится цвет и долговечнее рисунок, поэтому будет идеально, если вы продержите ее на руке 6-8 часов. Для того, чтобы хна сохла так долго, ее нужно периодически увлажнять смесью из лимонного сока с сахаром. Сначала рисунок будет иметь рыже-коричневый оттенок, но постепенно он потемнеет и через сутки-двое приобретет свой максимальный оттенок.

## **Переводная техника**

При переводной технике рисунок переносится на кожу со специально подготовленной бумаги, а затем линии соединяются хной. Например, сначала рисунок калькируют на пергамент с источника рисунка водорастворимым фломастером. После этого промазывают подготовленную кожу шариковым дезодорантом, накладывают пергамент крашеной стороной на кожу, плотно прижимают на несколько минут и затем снимают. Дезодорант растворяет пигмент фломастера, и линии проявляются на коже.

Второй вариант: на подготовленную кожу накладывают бумагу с рисунком, промокают ее изопропанолом и осторожно удаляют – контуры рисунка остаются на коже.

Третий вариант: рисунок с кальки на подготовленную кожу переводят фломастером на водной основе, который, просачиваясь сквозь кальку, оставляет линии на коже.

Четвертый вариант: рисунок быстро наносят на пленку фломастером и еще влажный прикладывают к подготовленной коже.

Ну а мастерицы росписи рисуют «от руки» все, что хотят, не ограничивая себя шаблонами и трафаретами. Достаточно просто иметь фан-

тазию.

### На заметку

- Хна дольше держится на «закрытых» частях тела.
- Оранжево-коричневый цвет рисунок имеет только вначале, в течение 24-48 часов он постепенно потемнеет. В это время не рекомендуется мыть место покраски с мылом, только водой.
- Тепло сделает цвет рисунка более глубоким и долговечным, для этого при просушивании держите узор под инфракрасной лампой или на солнце.
- Наиболее яркий рисунок получается на руках и стопах.
- Чтобы пигменты лучше впитывались, при просушивании время от времени увлажняйте рисунок смесью из 2 столовых ложек лимонного сока и 1 столовой ложки сахара.
- На следующий день вновь нанесите тонкий слой пасты из хны на рисунок – это сделает цвет глубже и окончательно закрепит его.
- Для увеличения времени высыхания хны можно положить на область рисунка влажную салфетку, вымоченную в смеси лимонного сока с сахаром.
- Чтобы цвет рисунка был интенсивнее и имел красивый глянец, после удаления пасты из хны протрите его миндальным, горчичным или кунжутным маслом.
- Чтобы рисунок как можно дольше держался на коже, избегайте сильного потоотделения.
- Рисунок из хны исчезает медленно, в течение 3-4-х недель, постепенно бледнея. Если Вы хотите задержать полюбившийся узор, то перед окончательным обесцвечиванием возобновите рисунок.
- Хна – это сильный краситель! Будьте осторожны и сразу удаляйте с кожи лишнюю краску ватной палочкой.
- В течение 2-3 последующих дней протирайте рисунок из хны маслом – тогда рисунок будет ярче и долговечнее.

Какого цвета будет рисунок?

Рисунки из натуральной хны могут быть оранжевого, красноватого, коричневого цвета. Однако точный тон может варьироваться в зависимости от типа кожи.

## **Немного современности**

В наше время хна применяется также для создания шампуней и средств для полоскания. В отличие от множества моющих средств хна не нарушает кислотно-щелочной баланс волосистой части головы и при этом является хорошим очистителем.

Ванная с хной может придать коже эффект ровного золотистого загара, одновременно питая и дезинфицируя ее. Приятная и полезная альтернатива солярию.

Из бесцветной хны можно делать маски не только для волос, но и для тела: она помогает избавиться от сыпи на груди и спине.

Вот такая она – известная и неизвестная хна.

## **ХИДЖАМ (хиджама)**

### **КРОВОПУСКАНИЕ И ЕГО ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ**

Под кровопусканием понимают удаление в лечебных целях определенного количества кропи из кровеносной системы методом венепункции или венесекции.

Кровопускание дошло до нас из глубокой древности. Кто первым пустил кровь, при каких обстоятельствах было сделано первое кровопускание, какие показания были к этому - все эти вопросы интересны для истории медицины, но ответа на них нет.

Считается, что поводом для кровопускания служит инстинкт животного, заставляющий освободиться от тяжелых припадков, обусловленных полнокровием. Так, например, гиппопотам распарывал себе жилы острым концом сломанного тростника, а затем, после кровотечения, замазывал рану грязью и, таким образом, освобождал себя от тягостей во время жара. Из сборника Гиппократов видно, что учение о кровопускании уже тогда достигло высокой степени развития.

Эта операция проводилась скальпелем, пока арабы Ибн Сина и аль-Букасис не изобрели особые флеболмы. Скальпель представлял собой железную палочку, на которую спереди под прямым углом насаживался маленький острый клинок, а с задней части он загибался кверху. Ближайшим результатом кровопускания является уменьшение количества крови, наряду с которым происходит временное падение кровяного давления в венозной системе. Вследствие этого кровь из артерий поступает в вены быстрее, благодаря чему также снижается кровяное давление в артериальной системе и облегчается работа сердца. При кровопотерях, достигающих около 1/4 всей массы крови, количество ее восстанавливается через несколько часов. Число красных кровяных телец нормализуется уже через 2-5 дней. Кровопускание вызывает у больного благостное чувство и ощущение приятной истомы. После кровопускания почти всегда появляется сильная испарина и клонит ко сну.

## **ЧТО ГОВОРИТ ИСЛАМ ОБ ЭТОМ, ЕГО ПОЛЬЗЕ И ВРЕМЕНИ, КОГДА ЕГО СЛЕДУЕТ ДЕЛАТЬ**

'Абдалла ибн 'Аббас рассказывал, что посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) однажды сказал: «Ночь, в которую ангелы из ангелов Аллаха перенесли меня, не прошла без того, что все они говорили мне: "Ты, о Мухаммад, должен делать кровопускание (хиджама)!"»

Версия этого хадиса, рассказанная Ибн Мас'удом, звучит так: «О ночи, в которую он был перенесен, посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) говорил, что ангелы из ангелов Аллаха все время напоминали ему: "Прикажи своему народу делать кровопускание!"

Аль-Бухари приводит хадис о том, что посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) однажды сказал: «И меде и кровопускании (хаджм) - лекарство».

Посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) говорил: «Если усилится жар, то <sup>24</sup> прибегните к кровопусканию



**и тогда ни в одном из вас не вскипит (ятабайгк) кровь, убивая его».**

Ибн 'Аббас утверждал, что Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) однажды сказал ему: **«Кровопускание удаляет кровь, придает гибкость позвоночнику (ас-сульб) и проясняет зрение».** (Аль-Бухари.)

Ибн 'Аббас также говорил, что при мигренях (шакыка) Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) делал себе кровопускание из головы.

Согласно хадису, переданному Джабиром ибн 'Абдалла, посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) говорил: **«Если и есть в каком-либо из ваших лекарств благо, так это в надрезе для кровопускания, глотке меда или прикосновении огнем. Я же предпочитаю делать себе прижигание».** (Аль-Бухари, 10/139; Муслим.)

Джабир рассказывал, что при вывихах и растяжениях (уас') посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) делал себе кровопускание из бедра. (Абу Дауд.)

Анас ибн Малик рассказывал, что при болях в ноге посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) делал кровопускание из наружной поверхности стопы.

Было передано от Ибн 'Аббаса, что Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) говорил: **«Лучшее время для лечения кровопусканием - это 17-е, 19-е и 21-е (месяца)»** (Ат-Тирмизи, 2054, иснад - даиф.)

## **Значение терминов**

Хаджм: кровопускание - название действия, которое выполняет "хааджим" (тот, кто пускает кровь), отсасывая кровь из специально сделанного надреза.

Хиджама: искусство пускать кровь. Имеется два способа пускать кровь: кровопускание без надреза, называемое в современной медицинской практике "сухим, закрытым" и кровопускание с

нием надреза, называемое хирургическим, с открытым кровотечением' (*аль-Хиджама аль-Мубаззигха*). *Базгх* или *табзигх*: нанесение надреза.

Михджам: - это название инструмента, в котором собирается кровь или нож, используемый кровопускателем.

Шифа': имеет два значения – «избавление от болезни, выздоровление» и «лекарство, лечение».

Табайюгх: крайнее возбуждение, волнение. В толковом словаре (Лисам аль-'Араб приводится пример: «*табайягха бихи-д-дому*», то есть «кровь ударила ему в голову"»).

Ас-Сульб: спинной хребет, позвоночник.

Шакыка: мигрень.

Уас': тяжелый вывих с растяжением связок вплоть до их разрыва.

## Данные хадисов

1. Рекомендации, данные ангелами Пророку (Мир Ему) и его народу, по всей вероятности указывают на то, что кровопускание оказывает воздействие на очищение душ и укрепление духа, так как ангелы приказывают то, что приказал им Аллах.
2. В кровопускании и меде есть то, что излечивает от болезни.
3. В момент, когда температура достигает критической точки, кровопускание не дает человеку умереть от "вскипания" крови.
4. Кровопускание уменьшает кровяное давление, придает большую гибкость позвоночнику и усиливает остроту зрения.
5. Кровопускание помогает при мигренях, некоторых заболеваниях ног и тяжелых вывихах.
6. Кровопускание надо делать в определенные дни арабского лунного, календаря, а именно: семнадцатого, девятнадцатого и двадцать первого числа, которые являются лучшими и наиболее подходящими числами месяца.
7. Пророк (Мир Ему) превозносил искусство кровопускания, считая его, наряду с пчелиным медом лучшим из лечебных средств в распоряжении сподвижников.

## Требуется провести научные исследования и эксперименты с целью:

1. Выявления зависимости между количеством крови в организме человека и появлением отклонений в его инстинктах, поведении и психике.
2. Установление, влияет ли кровопускание, сделанное при критической для температуры тела величине, на сужение капилляров, значительно по сравнению со своим нормальным состоянием расширившихся в результате физиологической реакции организма на повышение температуры, а также какие последствия для жизни человека в данном случае может повлечь отказ от этой процедуры.
3. Установление, существует ли связь между количеством крови, кровопусканием и между средними показателями воспроизводства кровяных телец, работой костного мозга, находящегося в позвоночнике, по их выделению, а также как это влияет на функцию позвоночника, его гибкость.
4. Обнаружения связи между количеством крови, кровопусканием и между наполняемостью кровеносных сосудов глаза, а также влияет ли это на состояние зрения, его остроту.
5. Изучение связи между кровопусканием и лечением мигреней и вывихов различной степени тяжести.
6. Определение связи между количеством крови в организме, расширяемостью кровеносных капилляров и между периодом обращения Луны вокруг Земли в гравитационном и радиологическом аспектах, а также влияет ли это на жизненные процессы, происходящие внутри живых существ, и, в частности, на состояние стенок сосудов и величину кровяного давления.

Пророк Мухаммад (да благословит его Аллах и приветствует) говорил: *«Целительная сила [находится] в трех вещах: в глотке [питье] меда, в надрезе (кровопускании) и прижигании. Но я запрещаю своим последователям использовать прижигание».*

Многие целители и ученые прошлого говорили, что кровопуска-

ние наиболее полезно для людей с высоким давлением, в состоянии жара и при повышенной температуре, и особенно для сангвиников.

То, что кровопускание полезно для человеческого организма бесспорно и не подвергается сомнениям. Это божественная информация, переданная через посланника Божьего, на благо людям. По всем строгим критериям хадисоведения данная информация достоверна.

На вопрос о том какова польза от данной медицинской процедуры отвечали, рассуждают и отвечают, а также будут дискутировать и говорить медики и ученые. Кто-то из них был или будет менее правым, кто-то более.

Но факт остается фактом - кровопускание целительно и полезно для человека.

Опыт прошлых веков раскрывал постепенно грани практического применения этой процедуры: при каких заболеваниях и, в каких именно местах делать надрезы, в какое время, как часто и т. д.

## **О пользе кровопускания**

Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) подчеркивал: **«Воистину, наилучшими лекарствами для вас является кровопускание и морской аль-куст...»**

Он (да благословит его Аллах и приветствует) также сказал: **«Если и есть польза от ваших лекарств, то в первую очередь в глотке меда, надрезе пиявки (кровопускании) и прижигании. Но я не люблю прижигание».**

Кровопускание уникально и гениально в своей простоте. Мы просто нагло отбираем у организма часть того, что очень ценно для него - кровь, которая транспортирует кислород, питательные вещества, гормоны, углекислый газ, продукты обмена; участвует в терморегуляции; регулирует водно-солевой баланс, а также незаменима и во многом другом.

Искусственное удаление некоторого количества крови вынуждает организм срочно компенсировать потери. Соответственно при этом

стимулируются системы кроветворения. Оперативно начинают пробуждаться резервы многих систем человеческого организма, а, следовательно, и механизмы восстановления резервов.

Таким образом, кровопускание это почти идеальное средство резерв-тренинга. Ранее этот метод применялся очень широко, история его применения уходит вглубь веков. Сегодня совершенно незаслуженно этот метод врачевания почти забыт и используется очень ограниченно.

Кровопускание можно сделать с помощью обычной инъекционной иглы, специальных баночек или воспользоваться услугами таких отличных специалистов по кровопусканию, как медицинские пиявки. Мало того, что они это делают совершенно безболезненно, но при этом ещё выделяют в кровяное русло полезные биологически активные вещества. В естественном виде регулярная потеря части крови происходит у женщин в виде менструаций. Надо ли удивляться тому, что они живут дольше, чем мужчины. Кстати, при климаксе процесс увядания ускоряется, несмотря на искусственную гормональную коррекцию. Организм, лишившись привычной ежемесячной стимуляции, начинает слабеть, и кровопускание или пиявки здесь просто незаменимы. Систематическое донорство также неплохой метод кровопускания. Согласно эритроцитарной теории старения (Д. И. Финько) из общего объёма крови (5 - 5,5 л) работает меньше половины. Остальная часть находится в кровяных депо - специальных сосудах и капиллярах селезенки, печени, лёгких, кожи. Это резервный запас на случай кровотечения, интенсивной работы, гипоксии и др. По мнению автора теории, эта кровь постепенно теряет свои качества, "закисает". Вот вам ещё один аргумент в пользу кровопускания, ведь при нём кровь выходит из кровяных депо компенсируя потери. Кстати, наибольшее количество крови находится в депо кожи. Отсюда омолаживающий эффект интенсивного глубокого массажа.

## **Время, наиболее предпочтительное для проведения данной процедуры**

Временных ограничений нет. Ученые говорили, что это действие может совершаться в любое время, когда есть оздоровительная или профилактическая потребность. В нескольких хадисах имеется упоминание 17, 19 и 21 числа лунного календаря. Также упоминается некоторая нежелательность делать это по вторникам.

Исламские медики рекомендовали делать кровопускание во второй половине или в третью неделю лунного месяца.

Днем, во втором или третьем часу. Не после бани или иных нагузков. Не на полный и не на голодный желудок.

Было передано от Ибн 'Аббаса, что Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) говорил: **«Лучшее время для лечения кровопусканием - это 17-е, 19-е и 21-е (месяца)»**

Было передано от Анаса ибн Малика, что Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) сказал: **«Кто хочет лечиться кровопусканием, пусть он делает его 17-го, 19-го и 21-го, чтобы кровь не текла слишком обильно и не убила его».**

Абу Хурайра передал, что Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) сказал: **«Кто лечится кровопусканием 17-го, 19-го и 21-го, тот будет излечен от всех болезней»**

Хотя данные хадисы приведены из различных источников и может быть, в некоторой степени являются слабыми, они, тем не менее, подкрепляют друг друга.

Имам Ибн аль-Кайим сказал: «Эти хадисы совпадают с тем, в чём согласны доктора - что кровопускание следует проделывать во второй половине месяца, и что третья четверть месяца лучше, чем начало или конец. Но если кровопускание сделано по необходимости, оно всё равно благотворно в любое время, даже в начале или в конце. Аль-Халлал сказал: Исмах ибн Исам сказал мне: Ханбал сказал мне: «Абу 'Абдаллах Ахмад ибн Ханбал лечился кровопусканием всякий раз, как его кровь повышалась, вне зависимости от времени этого...». Они не одобряли совершение <sup>30</sup> кровопускания на полный желу-

док, потому что это могло привести к непроходимости и к мучительным болям, особенно если еда была тяжёлой и плохой. Выбор времени, упомянутый выше, является дополнительной предосторожностью, чтобы не ошибиться и сохранить здоровье, но если приходит время излечить недуг, во время необходимости, его (кровопускание) нужно проделать».

Аль-Хафиз ибн Хаджар сказал: «Согласно докторам, наиболее действенное кровопускание, это когда оно делается на второй или третий час после связей или принятия ванны, т.е. ни на полный, ни на пустой желудок. Относительно особых дней, назначенных для кровопускания, было передано в хадисе от Ибн 'Умара: Ибн Маджа', что Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) сказал: **«Начинайте кровопускание, да благословит вас Аллах, по четвергам, и начинайте кровопускание по понедельникам и вторникам, но избегайте кровопускания по средам, пятницам, субботам и воскресениям»**. Это было передано двумя иснадами даиф и есть третья версия также даиф, переданная аль-Даракутии в аль-Афраде. Он также передавал это иснадом джайид от Ибн 'Умара, но он мавкуф (иснад кончается на сахабах). Аль-Халлал передал, что Ахмад не любил кровопускание в вышесказанные дни, хотя хадис не был даже подтверждён».

Говорится, что один человек лечился кровопусканием в среду и у него развилась проказа, потому что он пренебрёг хадисом. Абу Дауд передал от Абу Бакра, что тот не любил кровопускание по вторникам и говорил: «Посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) сказал: **"Вторник - это день крови, в этот день есть час, когда кровь не останавливается "**».

Доктора согласились в том, что кровопускание во второй половине месяца, особенно в третьей четверти, наиболее благотворно, чем кровопускание в начале или в конце месяца. Аль-Муваффа аль-Багдади сказал: «Тело источает ток (крови) с силой в начале месяца и успокаивается в конце, поэтому лучшее время для того, чтобы позволить крови течь, это середина месяца».

Из вышесказанного ясно, что хади-сы, которые выделяют

определённое время, взятые вкупе, указывают на то, что есть некое основание этого, особенно после того, как слова докторов оказались в согласии с этим. Если 17-е, 19-е или 21-е числа месяца хиджры выпадают на четверг, то это лучшее из возможного времени для кровопускания, но это не для того, чтобы сказать, что нехорошо его проделывать в другое время. Как форма врачевания, кровопускание не следует ограничивать к какому-либо особому времени, его следует совершать, как только возникнет необходимость у больного.

## **Где именно делались порезы, и в каких случаях**

В хадисе говорится, что: «Пророк Мухаммад делал кровопускание в верхней части спины меж лопаток и на шее.

В своде хадисов аль-Бухари упоминается, что: «Пророк делал кровопускание на голове». В другом хадисе уточняется, что сделано это было для облегчения состояния при сильной головной боли.

Здесь, думаю, будут полезны слова Ибн Кайима аль-Джаузийя: «Пророк Мухаммад (да благословит его Аллах и приветствует) делал кровопускание в разных частях тела. Вес зависело от обстоятельств, от необходимости и потребности».

Джабир ибн 'Абдулла рассказывал, что при вывихах и растяжениях (*уас*) посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) делал себе кровопускание из бедра.

Анас ибн Малик рассказывал, что при болях в ноге посланник Аллаха (да благословит его Аллах и приветствует) делал кровопускание из наружной поверхности стопы.

## **Вопросы по теме**

Вопрос: Пророк Мухаммад (да благословит его Аллах и приветствует) делал себе кровопускание самостоятельно или приглашал врача?

Ответ: Приглашал врача, как для себя, так и для других. Кровопускание очень не простая процедура. Самостоятельное проведение



ее не только нежелательно, но и опасно. А в Священном Коране сказано: «Не бросайте себя своими же руками в опасность!»

Вопрос: Можно ли делать кровопускание во время поста?

Ответ: Достоверно известно, что Пророк Мухаммад (да благословит его Аллах и приветствует) делал кровопускание во время поста. В своде хадисов имама аль-Бухари приведен следующий хадис от Ибн 'Аббаса: «Пророк (да благословит его Аллах и приветствует) делал кровопускание во время соблюдения поста».

Вопрос: Кровопускание делать можно, а пост не нарушается?

Ответ: По мнению подавляющего большинства исламских богословов - нет, не нарушается.

Вопрос: Нужно ли мыться после кровопускания?

Ответ: Нет. Только некоторые ученые оговаривали желательность совершения полного омовения после кровопускания.

Вопрос: Можно ли каким-то образом отблагодарить сделавшего кровопускание?

Ответ: Можно. Пророк Мухаммад (да благословит его Аллах и приветствует) всегда старался отблагодарить человека, сделавшего ему кровопускание. Например, когда Абу Тайиба сделал кровопускание Пророку (да благословит его Аллах и приветствует), посланник Аллаха отблагодарил его продуктами питания весом примерно в семь килограмм. Безусловно, форма благодарности никак и ничем не ограничена. В то же время плата эта не является обязательной. Врач может отказаться от вознаграждения.

Вопрос: Есть ли какие-то рекомендации относительно возраста человека, которому делают кровопускание?

Ответ: Чем более стар человек, тем более редко должна проводиться данная медицинская процедура. Например, имама ат-Табари передал следующие слова Ибн Сирина: «После сорока лет человеку не надо делать кровопускание». Ат-Табари пояснил: «После

сорока лет человеческий организм начинает слабеть. Поэтому выполнение данной процедуры становится возможным только при весомых обстоятельствах, и с учетом того, сколь привычно кровопускание для данного человека». Также ученые рекомендовали к восьмидесяти годам полностью отказаться от этой процедуры.

*Вопрос:* Есть ли отличия между сдачей крови, распространенной сегодня, и кровопускание?

*Ответ:* Разница значительна. Хотя бы в том, что кровопускание делается при определенных заболеваниях и недугах, в определенных частях тела и, желательно, в определенные дни.

Просим Аллаха помочь нам следовать Сунне нашего Пророка Мухаммада (да благословит его Аллах и приветствует).

## **ПРИМЕНЕНИЕ И ПОКАЗАНИЯ**

### **Терапевтическое применение**

Кровопускание показано с двоякой целью:

1. Изменить количество и распределение крови (при расстройстве кровообращения, апоплексии);
2. Повлиять на саму кровь (в случае хлороза, отравления, аутоинтоксикации).

С.П.Боткин и его коллеги также изучали лечебное действие кровопускания. Многочисленные клинические наблюдения показали, что при расстройствах кровообращения, угрожающих ослаблением силы сердца, венесекция может временно оказать благоприятное воздействие.

### **Показания к кровопусканию**

1. Правожелудочковая сердечная недостаточность, протекающая с высоким венозным давлением.
2. Острая левожелудочковая сердечная недостаточность с отеком легких.
3. Эклампсия при остром нефрите и беременности.
4. Отравление ядами, которые длительно задерживаются в крови.

5. Полицитемия.
6. Кровоизлияние в головной мозг, апоплексия.
7. Менингит с острым и быстрым течением.
8. Крупное воспаление легких.
9. Артериальная гипертензия (АД 200/100 мм рт. ст.).

## **Техника кровопускания**

Для кровопускания требуется: полотняный стягивающий бинт длиной 1 м (жгут), скальпель или флеботом, сосуд для сбора крови, чистые губки, теплая вода, стерильные бинты.

В настоящее время кровопускание производят почти исключительно из вен предплечья в локтевом сгибе, редко - из вен стопы. В положении лежа больной должен свесить руки вниз, чтобы вены набухли. Плечо перетягивают жгутом, большой палец свободной кисти врач кладет на вену на 2 см ниже места укола, чтобы зафиксировать сосуд. Острием скальпеля, который располагают под углом 45°, рассекают переднюю стенку вены на протяжении 0,5 -1 см. Кровь должна тотчас же брызнуть струей. Количество вытекаемой крови контролируют, собирая в градуированный сосуд. Когда кровопускание закончено, руку больного поднимают вверх и на рану накладывают легкую антисептическую повязку.

## **Баночное кровопускание (аль-хиджама)**

Этот способ лечения особенно эффективен при чрезмерной гиперемии и застое крови в легких и почках. К тому же кровососную банку несложно поставить в любой обстановке, это не опасно для больного.

## **Показания для использования банок**

1. Острое воспаление легких и застой в малом кругу.
2. Острое воспаление плевры.

3. Острый перикардит.
4. Острое, особенно геморрагическое, воспаление почек.
5. Люмбаго.

На спине и на пояснице обычно ставят 4-8 банок. Для проведения процедуры необходимы: режущий инструмент - острый скальпель, почти до конца обернутый липким пластырем, чтобы резать самым кончиком, банки обыкновенные.

### **Рекомендация перед процедурой**

Необходимо убедиться в том, что вы делаете его правильно; кровопускание должен провести опытный человек и он (она) должен использовать инструменты, как следует промытые и стерилизованные. Кровопускатель должен также обеспечить непопадание крови в желудок больного.

Кровопускание лучше делать в дни полнолуния 17, 19 и 21 числа по хиджре (лунному календарю) или можно 4 дня до, и после этих дней, также хорошо в понедельник, вторник и четверг. Нужно остерегаться делать кровопускание в начальные и конечные дни месяца по хиджре.

При необходимости можно и в любое время через 3 часа после еды.

Перед самой процедурой совершить:

1. Намерение (*нийат*) на кровопускание ради Аллаха.
2. Обратиться к Аллаху за защитой от шайтана: (*А 'узу би-Лляхи мин аш-шайтани-р-раждими!*) «Прибегаю к Аллаху от проклятого шайтана!»
3. Попросить в молитве (*ду'а*) Всевышнего Аллаха, чтобы Он исцелил болезнь.

## Подготовка к процедуре

Перед процедурой необходимо осмотреть пациента! Узнать, на что жалуется, где болит и так далее.

Процедура проводится в положении лежа, если процесс будет происходить в положении сидя, у пациента могут возникнуть головокружения и обмороки из-за недостатка притока крови к голове

Абсолютными противопоказаниями к кровопусканию являются: артериальная гипотензия, малокровие, а также астеническое состояние после перенесенного тяжелого заболевания.

Относительные противопоказания к кровопусканию: церебральный атеросклероз, склонность к тромбообразованию, анемия различного генеза.

### Приборы и материалы:

- 1.Тмин, перекись водорода и спирт;
- 2.Три тарелки 1 - маленького размера (*под лезвие*) и 2 – большого (*под салфетки и ватные диски*);
- 3.Лезвие (*необходимо пометить рабочую сторону и погрузить его целиком в спирт*);
- 4.Чистое полотенце (*на нём выставляются банки по порядковому номеру*);
- 5.Таз с теплой водой (*в нем промываются банки*);
- 6.Небольшая емкость (*для отделения использованных банок от чистых*);
- 7.Обеспечить максимальное удобство рабочего места;
- 8.Обеспечить удобное положение для пациента (*если процедура проводится на шею, то для этого под грудную клетку пациента подкладывается небольшая подушка, что бы шея была в выпрямленном состоянии*);
- 9.На местах где буду проводиться надрезы необходимо удалить волосы.

### Приступаем к процедуре:

- 1.Места, где будет производиться забор крови необходимо обрабо-

тать тминовым маслом, в дальнейшем обязательно необходимо протереть руки от масла (**если нет тминового, используется оливковое масло**)

2.Сделать вакуумный массаж с помощью банок (**при условии, если процедура проводится на спине**)

3.Первая установка банок производится на 1 или 2 мин.

4.При установке банок делается около 3-х 4-х качков насосом (**или регулируется в зависимости от восприимчивости пациента**)

5.После первой установки банок определяются места со значительным негативом (**где гематома больше, значит там больше негатив**)

6.Места порезов обработать спиртом (**если на местах производилось удаление волос – перекисью водорода**)

7.Надрезы наносятся справа налево глубиной в 1-2 мм, длиной 3-4 мм по 3 точки (**расстояние определяется в зависимости от места надреза, количество должно равняться нечетному числу**)

8.Сторона лезвия меняется после 3-х точек, т.к. лезвие быстро тупится

9.Ставятся банки для забора крови на местах, куда нанесли надрезы

10.Во время процедуры пациент должен делать зикр или читать суры из Корана (**в первую очередь аль-Фатиха**)

11.Мастер должен читать Коран про себя пациенту и немного дуть на него справа налево (**аль-Фатиха 7 раз**)

12.Когда кровь прекращает своё выделение, значит, банки можно уже снимать (**промыть в тазу с водой**) *Количество выделяемой крови не влияет на результат! Количество крови контролирует Аллах!*

13.После снятия банок, лёгким движением руки места порезов обрабатываются перекисью водорода (**т.е. она очень хорошо чистит раны и вскрывает их заново. НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ОБРАБАТЫВАТЬ СПИРТОМ**)

14.Ставим банки во второй раз (**надрезы заново не делаются, только в крайнем случае для снятия гематомы, если она образуется**)

15.При появлении белой жидкости процедура завершается, **ЕСЛИ КРОВЬ ВЗЯТЬ НЕ ДО КОНЦА, ТО МОЖНО СЧИТАТЬ ЧТО АЛЬ-ХИДЖАМА НЕ ПРОВОДИЛАСЬ.**

16. В завершении протереть перекисью водорода или смешать тмин с медом, или разбавить хну с водой и нанести на порезы.

## **Мера и значение кровопускания**

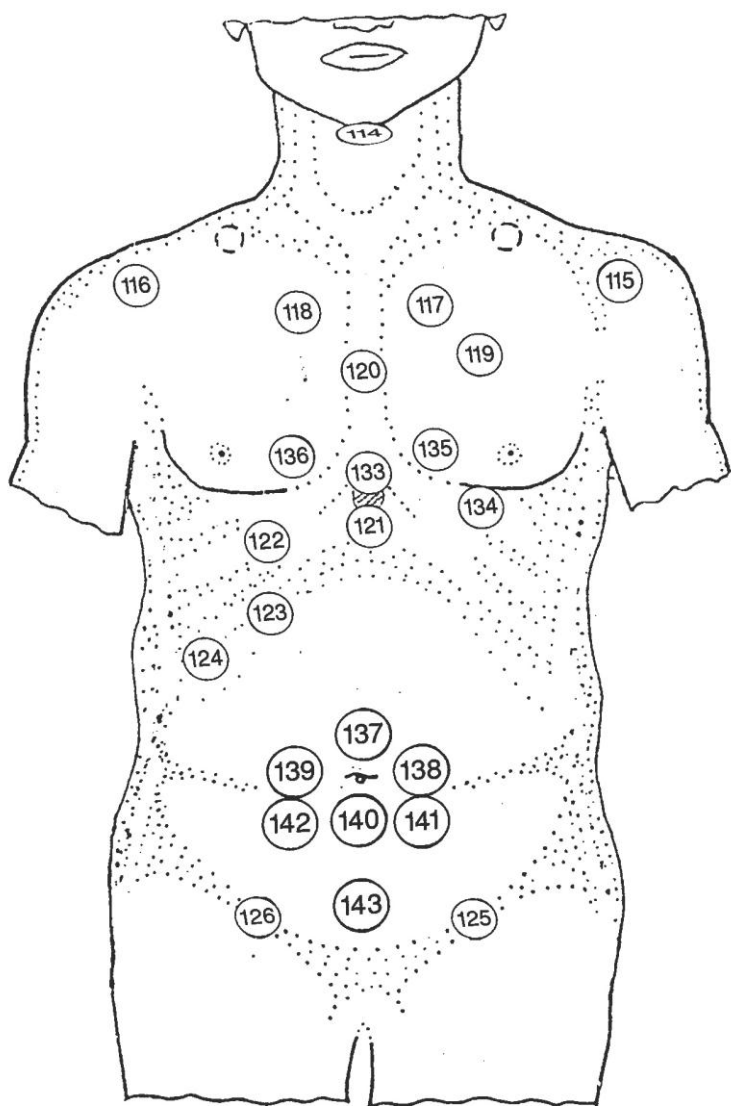
Кровопускание прекращают, как только выйдет больная кровь и появится ярко красная. Посредством кровопускания очищают сосуды, выводят плохую кровь, останавливают колики, снимают отеки. При кровопускании излечиваются раны, из них выходит гнойная жидкость, и они обретают здоровый цвет. С его помощью также выпускают наружу испарения рассеянных болезней, сбавляя вес страдающих ожирением людей, а иссохшим, наоборот, прибавляют плоть.

Некоторые больные облегчение чувствуют после первой процедуры кровопускания, а некоторым приходится делать несколько раз не чаще одного раза в месяц. Если больному становится плохо, то нужно сразу снять банки, дать попить сладкие напитки и охладить лицо холодной водой. У других после кровопускания, сразу поднимается температура, иногда и на второй день, температура быстро проходит и наступает улучшение.

В настоящее время есть врачи, пользующиеся методами кровопускания для излечения тех или иных заболеваний.

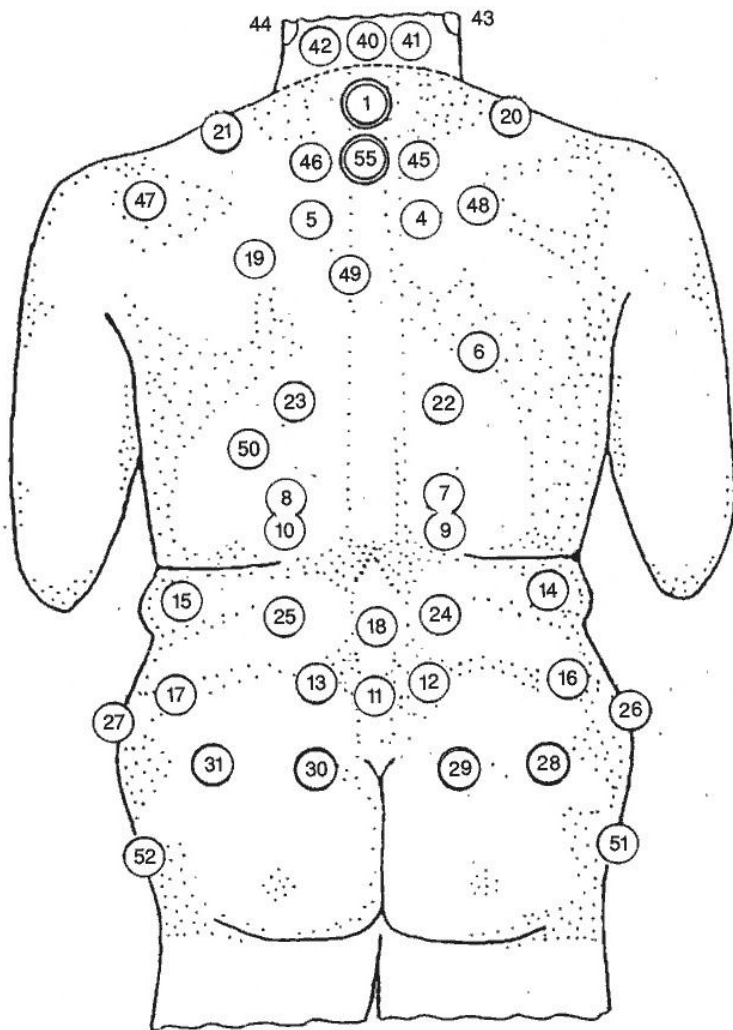
## **ПЕРЕЧЕНЬ БОЛЕЗНЕЙ И АТЛАС ТОЧЕК ДЛЯ КРОВОПУСКАНИЯ**

Нижеследующие точки могут быть использованы для лечения болезней и недомоганий, с использованием наложения банок на эти места. Некоторые из точек это нервные окончания, в то время как другие - кровяные сосуды. Другие же находятся в силовых линиях (акупунктура), и остальные рефлекторные точки на спине. Также есть точки на лимфатических миндалинах, и некоторые точки для сбора крови. Некоторые - для стимуляции эндокринной секреции и для укрепления иммунной системы. Остальные же для усиления деятельности мозга.

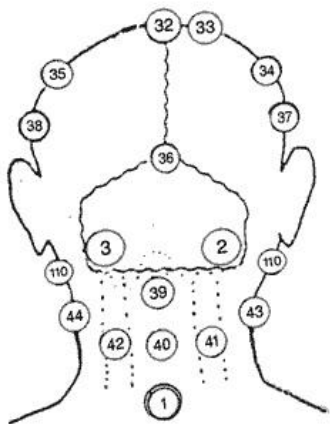


**ПОЛОЖЕНИЕ СПЕРЕДИ**

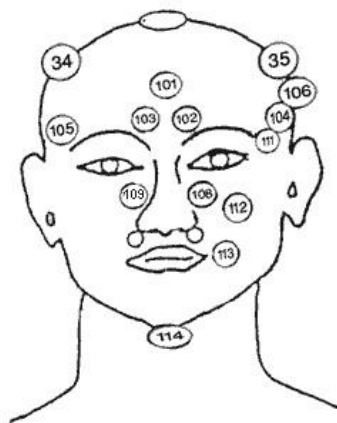




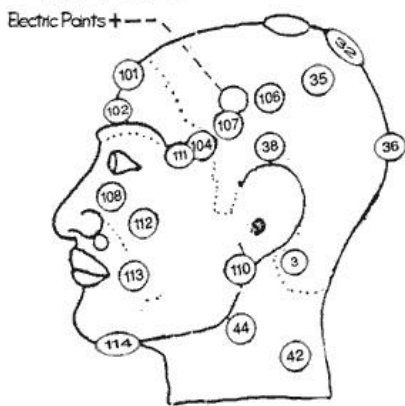
**ПОЛОЖЕНИЕ СЗАДИ**



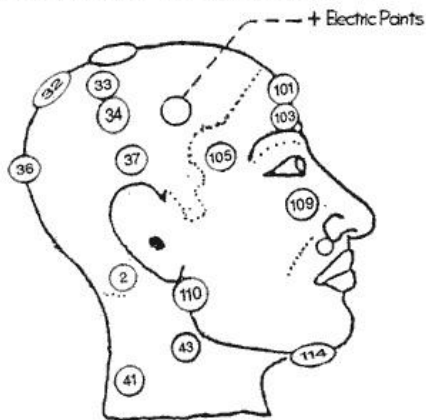
**Сзади**



**Спереди**

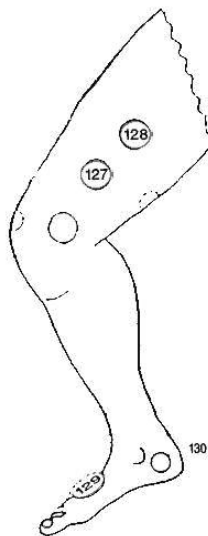
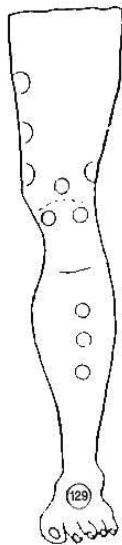
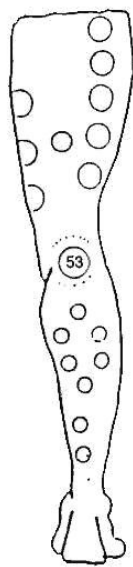
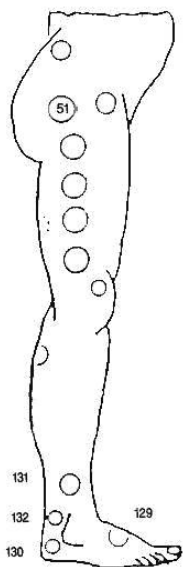
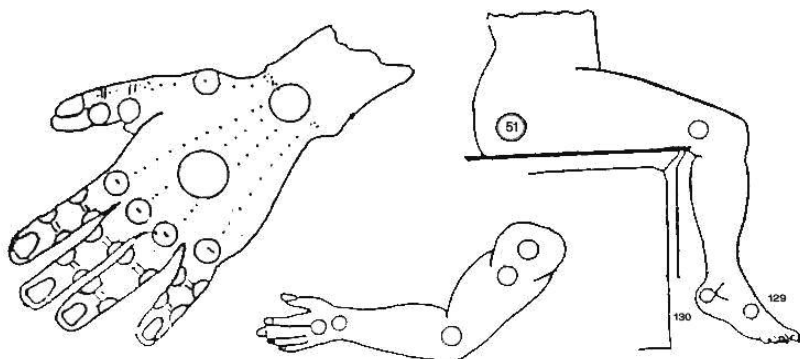


**Левая сторона**



**Правая сторона**

**ТОЧКИ НА ГОЛОВЕ**



Снаружи "Л"

Сзади "П"

Спереди "Л"

Внутри "П"

**Верхние и нижние конечности**

## Группа (А)

- \* **Ревматизм** (болезненные суставы) (точки 1, 55, совместно с непосредственным болезненным участком).
- \* **‘Тугоподвижность’ колена** (точки 1, 55, 11, 12, 13 и вокруг колена, также можно добавить 53, 54).
- \* **Отёк** (Oedema) (скопление избыточного количества жидкости в тканях-водянка) (точки 1, 55, 130, правая и левая сторона стопы, также можно добавить 9,10).
- \* **Седалищные боли** (боли нервов от ягодицы вниз по ноге)  
(для правой ноги) (точки 1, 55, 11, 12, 26, 51 и места боли на ноге, в особенности, в начале и в конце мышцы). (для левой ноги) (точки 1, 55, 11, 13, 27, 52 и места боли на ноге, в особенности, в начале и в конце мышцы).
- \* **Боль в спине** (точки 1, 55 и приложение банок по обе стороне спины и в местах ,причиняющих боль)
- \* **Шея/боль в плече** (точки 1,55, 40, 20, 21 и места боли).
- \* **Подагра** (вспухание суставов в результате излишка мочевой кислоты) (точки 1, 55, 28, 29, 30, 31, 121 и места, причиняющие боль).
- \* **Ревматоидный артрит** (точки 1, 55, 120, 49, 36 и все большие и малые суставы).
- \* **Паралич половины туловища** (Гемиплегия) (точки 1, 55, 11, 12, 13, 34 или 35, и все поврежденные суставы, массажировать ежедневно).

**нечностей** (Квадриплегия) (точки 1, 55, 11, 12, 13, 34, 35, 36 и все суставы, ежедневный массаж)

\* **Иммунодефицит** (точки 1, 55, 120, 49).

\* **Мышечный спазм** - несколько сухих приложений банок вокруг поврежденной мышцы.

\* **Слабое кровообращение** (точки 1, 55, 11 и 10 банок по обе стороны спины с начала до конца, принимать одну ложку яблочного уксуса и мед через день).

\* **Синдром дрожащих рук** (точки 1, 55, 40, 20, 21, мышцы руки и поврежденные суставы).

\* **Покалывание в ногах** (или синдром дрожащих ног) (точки 1, 55, 11, 12, 13, 26, 27, суставы ноги и поврежденные мышцы).

\* **Боли в брюшной полости** (точки 1, 55, 7, 8 и наложение банок сухим методом на точки 137, 138, 139, 140, также как и сухих банок на противоположной стороне спины от места боли).

## Группа (B)

**Важное примечание:** Следующие точки расположены по степени их важности. Терапевт, проводящий лечение, может не использовать все точки и иногда он/ она может использовать их все. В зависимости от состояния больного.

\* **Геморрой** (отекающие сосуды вокруг ануса) (точки 1, 55, 121, 11, 6 и наложение сухих банок на 137, 138, 139).

\* **Анальный свищ** (фистула) (открытие в кожном покрове рядом с анусом, вследствие формирования ка-нала, через который проте-

кает жидкость) (точки 1, 55, 6, 11, 12, 13 и наложение банок вокруг ануса и сверху свища)

\* **Простатит и неспособность к эрекции**, дисфункция эрекции (ДЭ)(мужская импотенция и проблемы при мочеиспускании, вследствие увеличения простаты) (точки 1, 55, 6, 11, 12, 13) и можно добавить для ДЭ 125, 126, 131 на обеих ногах, и наложение сухих банок на 140, 143).

\* **Хронический кашель и болезни легких** (точки 1, 55, 4, 5, 120, 49, 115, 116, 9,10, 117, 118, 135, 136 и две банки ниже обоих колен).

\* **Гипертензия** (повышенное кровяное давление) (точки 1, 55, 2, 3, 11, 12, 13, 101, 32, 6, 48, 9, 10, 7, 8, также можно заменить точки 2, 3 точками 43, 44).

\* **Проблемы с желудком и язвы** (точки 1,55, 7, 8,50, 41, 42 и наложение сухих банок на 137, 138, 139, 140).

\* **Болезни почек** (точки 1, 55, 9, 10, 41, 42 и сухие банки на 137, 140).

\* **Синдром раздраженного кишечника** (боли в брюшной полости и дискомфорт, отличительные признаки: вздутие живота, метеоризм, чередующийся приступами поноса и запора, зачастую вследствие тревоги) (точки 1, 55, 6, 48, 7, 8, 14, 15, 16, 15, 16, 17, 18, 45, 46 и сухую банку на 137).

\* **Хронический запор** (трудности калоотделения в течение длительного времени) (точки 1, 55, 11, 12, 13, 28, 29, 30, 31).

\* **Понос** (сухие банки на 137, 138, 139, 140).

\* **Непроизвольное мочеиспускание** (энурез, писанье в постель) (после пяти лет: сухие банки на 137, 138, 139, 140, 142, 143, 125,126).

\* **Депрессия, отчуждение, инсомния** (бессонница), психологические отклонения и нервозность (точки 1,55, 6, 11, 32 и под коленками).

\* **Ангиоспазм** (сосудистый спазм) и артериосклероз (точки 1, 55, 11) (накладывать банки в местах боли, через день принимать яблочный уксус и мед).

\* **Воспаление слизистой оболочки желудка** (гастрит) (точки 1, 55, 121).

\* **Чрезмерный сон** (точки 1, 55, 36), кроме того, чайная ложка яблочного уксуса и меда через день.

\* **Пищевые аллергии** (одна сухая банка прямо на пупок, легкое при-сасывание).

\* **Раны, абсцессы ног и бедер** (гнойники) и зуд подвздошной впадины (зуд в области бедра) (точки 1, 55, 129, 120).

## Группа (С)

**Важное примечание:** Следующие точки расположены по степени их важности. Терапевт, проводящий лечение, может не использовать все точки и иногда он/ она может использовать их все. В зависимости от состояния больного.

\* **Болезни сердца** (точки 1, 55, 19, 119, 7, 8, 46, 46, 47, 133, 134).

\* **Диабет** (точки 1, 55, 6, 7, 8, 22, 23, 24, 25, 120, 49), примечание: область кровопускания должна смазываться маслом черного тмина и медом в течение 3 дней.

\* **Печень и болезнь желчного пузыря** (точки 1, 55, 6, 48, 41, 42, 46, 51, 122, 123, 124 и 5 чашек справа,                      внешняя сторона ноги).

\* **Варикозные вены** (увеличенные, неприглядные поверхностные вены) на ногах (точки 1, 55, 28, 29, 30, 31, 132 и вокруг вен, но НЕ по венам).

\* **Варикоцеле** (увеличенные вены на мошонке мужчины) (точки 1, 55, 6, 11, 12, 13, 28, 29, 30, 31, 125, 126).

\* **Слоновая болезнь** (раздутая нога из-за блокировки каналов лимфы);

примечание: пациент должен отдохнуть в течение 2 дней перед кровопусканием. Он или она должен также поднять его/ее большую ногу и затем поместить в теплую воду в течение двух часов до кровопускания (точки 1, 55, 11, 12, 13, 120, 49, 121 и вокруг затронутой ноги от вершины ноги к основанию в дополнение к 125, 126, 53, 54).

\* **Кожные заболевания** (точки 1, 55, 49, 120, 129, 6, 7, 8, 11 и кровопускание на зонах поражения).

\* **Избыточный вес** (точки 1, 55, 9, 10, 120, 49 и области желательной потери веса), ежедневно массаж по области желательной потери веса.

\* **Недостаток веса** (точки 1, 55, 121).

\* **Целлюлит:** ежедневно массаж по проблемной зоне.

\* **Бесплодие** (точки 1, 55, 6, 11, 12, 13, 120, 49, 125, 126, 143, 41, 42 ).

\* **Болезнь щитовидной железы** (точки 1, 55, 41, 42).

## Группа (D)

\* **Головные боли** (точки 1, 55, 2, 3) и Вы можете заменить точки



2, 3 на 43, 44.

Если это вызвано чрезмерным напряжением зрения, добавляют 104, 105 и 36. Если это вызвано носовыми пазухами, добавляют 102, 103 и 114.

Если это вызвано высоким кровяным давлением, добавляют 11, 101 и 32.

Если это вызвано запором, добавляют 28, 29, 30 и 31.

Если это вызвано холодом, добавляют 120, 4 и 5.

Если это вызвано болью живота, добавляют 7, 8.

Если это вызвано почками, добавляют 9, 10.

Если это вызвано желчным пузырем и печенью добавляют 6, 48.

Если это вызвано позвонками позвоночного столба, выполняют кровопускание на позвоночник.

Если это вызвано напряженностью, добавляют 6, 11 и 32.

Если это вызвано анемией, добавляют 120, 49 и берут одну чайную ложку черного меда (патока) с четвертью столовой ложки фенугрека (араб. хильба) и 7 черн. тмина ежедневно.

Если головная боль происходит из-за опухолей в мозге, кровопускание должно быть выполнено на области боли на голове.

**\*Мигрень** (серьезная головная боль, связанная с тошнотой и визуальными нарушениями) (точки 1, 55, 2, 3, 106 и область боли).

**\*Болезни глаз** (сетчатка,

глазная некоординированность, затуманенное зрение, атрофия глазных нервов, глаукома, катаракта и слабый глаз, глазное воспаление и слезотечение и чувствительность глаз (точки 1, 55, 36, 101, 104, 105, 9, 10, 34, 35, выше бровей и на линии волос выше лба).

\***Миндалины, горло, десна, зубы, и проблемы среднего уха** (головокружение, тошнота и звон в ушах ) (точки 1, 55, 20, 21, 41, 42, 120, 49, 114, 43, 44).

\***Слабость слуха и воспаление ушного нерва**, звон в ушах (точки 1, 55, 20, 21, 37, 38 и позади уха).

\***Носовые пазухи** (точки 1, 55, 102, 103, 108, 109, 36, 14 и на линии волос).

\***Неврит** (воспаление) пятого и седьмого нервов (точки 1, 55, 110, 111, 112, 113, 114 и на зоне поражения).

\***Для стимуляции системы восприятия** (повышает понимание) ( точки 1, 55, 2, 3, 32).

\***Клиническая потеря памяти** (важно: если делают кровопускание точки 39 излишне, то это может вызвать потерю памяти. Также его ненужное повторение может привести к потере памяти (точка 39- затылочный бугор).

\***Немота** (неспособность говорить) (точки 1, 55, 36, 33, 107, 114).

\***Чтобы помочь прекратить курить** (точки 1, 55, 106, 11, 32 ).

\***Конвульсия** (судороги) (точки 1, 55, 101, 36, 32, 107 с обеих сторон, 114, 11, 12, 13).

\***Для лечения задержки ум-** **ственного развития** (точки 1, 50

55, (101 только 1 р.) 36, 32, 2, 3, 120, 49, 11, 12, 13).

**\*Атрофия** (потеря) мозговых клеток (кислородный дефицит) (точки 1, 55, 101, 36, 32, 34, 35, 11 и выполняют кровопускание на суставах, мускулах и шее, 43 и 44 на передней и задней части. Съешьте мед и королевское желе. Выполняйте кровопускание ежедневно).

### **Группа (Е) Гинекологическая**

**\*Геморрагия** (влагалищное кровотечение) (точки 1, 55, (3 сухих чашки под каждой грудью ежедневно, пока кровотечение не прекратится).

**\*Аменорея** (отсутствие периодов) (точки 1, 55, 129, (131 от внешней стороны), 135, 136 ).

**\*Мажущие коричневые выделения-** 3 сухих чашки под каждой грудью ежедневно до прекращения (точки 1, 55, 120, 49, 11, 12, 13 и 143). Если у выделений нет никакого запаха, цвета или зуда, кровопускание на точки 1, 55, 9, 10, 41, 42, 11, 12, 13, 143.

**\*Менструальные проблемы** (точки 1, 55 (сухое – на точки 125, 126, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143).

**\*Для стимуляции яичников** (точки 1, 55, 11, (сухое – на точки 125, 126).

**\*Боль после маточной операции,** ежемесячная менструальная боль, проблемы закрытия фаллопиевых труб (перевязанная/непроходимая труба), наличие молока в груди, не будучи беременными, и менопаузальные признаки (депрессия, нервозность, психологические состояния) (точки 1, 55, 6, 48, 11, 12, 13, 120, 49) (Сухое – на точки 125, 126).

## КЫСТ АЛЬ-ХИНДИ

*Аль-кьуст* - распространенное название (синонимы Кьуст, Къист, Куст, Ууд Хинди). Научное название - костус.

Это многолетнее растение, высотой 1,5 метра. Произрастает в степях Гималаев, в которых расположена самая высокая гора в мире Эверест. По большей части растение находится в Индии, как это видно из того, что его называют уд хинди («индийское дерево»), и есть также другой вид, который называется африканский кьуст (аль-кьуст аль-ифрикъи).

При лечении используются – кора и корни, которые бывают белыми и черными. Кьуст называется «бахри» («морским»), потому что арабы транспортировали его морским путем, что касается того, что его называют «хульв» («сладкий») или «мурр» («горький»), то это связано с его вкусом.

Кьуст хинди имеет красный или коричневый цвет, а бахри – белый цвет. Оба эти вида - утепляющие, сушат горло, прекращают насморк, если их выпить, помогают при слабости печени и желудка, при простуде, от горячки и перемежающейся лихорадки, прекращают плеврит, помогают при отравлении, и если им смазать лицо вместе с кремом из воды и меда снимают веснушки и пятна. («ат-Тыбб ан-набави», 354)

Кьуст-аль-хинди содержит элемент хелинин и бензоатную кислоту (оба эти элемента являются антисептическими), другие его составляющие нормализуют гормональный фон, способствуют изгнанию джинов, бисмиЛлях. По праву его можно назвать целой аптекой для мусульман, а не отдельным её компонентом.

Аль-Кьуст был упомянут в пророческих хадисах, и имам аль-Бухари поместил хадисы о нем в «Книгу медицины», в главу вдыхания аль-кьуста хинди и бахри. Затем он привел хадис от Умм Къайс бинт Михсан, которая сказала, что посланник Аллаха сказал: **«Вам следует пользоваться этим удом хинди (индийским деревом), ибо он исцеляет от семи недугов, и его курения нужно вдыхать тем, у кого болит горло, и класть в рот тем, кто страдает плевритом»** (аль-Бухари, 5692)

Он также упоминает в главе про хиджаму. Передается от Анаса, что он посланник Аллаха сказал: **«Воистину, лучшее, чем вы лечитесь хиджама и аль-кьуст аль-хинди».**

**Группа хадисов, в которых говорится об аль-кьуст аль-хинди, и то, что имеется в виду под семью излечениями:**

1. «Лучшее, чем вы лечитесь, - хиджама и аль-кьуст аль-бахри».
2. «Лечитесь этим индийским деревом, ведь, воистину, в нем семь излечений, из них плеврит».
3. «Не мучайте своих детей, у которых воспаляются миндалины, надавливая на них (пальцами), а используйте ку- рения ладана».

4. **«Любая женщина, ребенка которой постигло воспаление миндалин или боль в голове, пусть возьмет кьуст, смешает его с водой, а затем напоит его этим»** (хадис передал Ахмад и составители «Сунанов»). Что имеется в виду под «семью излечениями»? Это кремы, питье, наложение компрессов, окуривание, закапывание в нос, прикладывание припарок или вливание в рот.

### **Косметические средства**

Здесь входит изготовление кремов, разбавленных растительным маслом, и получается то, что называется масло аль-Кьуста, и лучше, когда его разбавляют оливковым маслом в пропорции 1 к 10, т.е. 1 часть - кьуст на 10 частей масла. Корни аль-кьуста аль-бахри мелко режутся, потом кладутся в хорошее оливковое масло на 15 дней, затем вынимаются, выжимаются, чтобы с них ушло масло, и останется экстракт его составляющих и пользы, и само масло тоже будет иметь пользу аль-кьуста аль-бахри. Из опыта в этой области было выявлено, что лучшее лекарство против пятен и веснушек - смесь из очень нежного кьуста, разбавленного водой и медом. Этой смесью натирается лицо, и в течение считанных дней оно полностью очищается, если пятна были следствием гормональных проблем.

### **2. Питье**

Питье происходит путем его перемалывания, смешения с водой или медом. Обычно в пропорции 1 к 10, чтобы не перестараться, ведь каждая вещь, которая перешла свои границы, превращается в противоположность. Затем нужно пить получившую жидкость, сколько сможете, и это для всех больных, и выше уже приводилась польза, достигающаяся при применении аль-кьуста:

- растворение тромбов,
- повышение фертильности,
- он помогает при проблемах с менструацией и мочой,
- при болезнях почек,
- печени и остальных органов пищеварительной системы,
- при раке рта,
- при холере,
- при лихорадке,
- для успокоения нервов,
- против ишиаса,
- для мозга,
- как средство повышения потенции,
- как укрепляющее средство для организма в целом,
- для избавления от червей в кишках,
- от защиты от яда и против сихра.

Также он полезен при лихорадке, он утепляет желудок, поднимает иммунитет, полезен во время нифаса (послеродового кровотечения), для лечения запора и поноса, улучшает аппетит.

## **Вдыхание**

Это вдыхание носом, и оно происходит следующим образом: кьуст мелко перемалывается, настаивается достаточное количество времени под солнцем, затем очищается и вдыхается в нос. Применяется при болезнях дыхательных путей: при астме, туберкулезе, простуде, воспалении миндалин (аль-узра), которые были упомянуты в хадисе, при воспалении горла, при фарингите, от кашля и лихорадки.

## **Окуривание**

Надо поджечь его над углями для бухура и окуривать им, особенно это нужно при насморке и воспалительных проблемах у женщин, также полезно для женщин, когда они совершают гусль после менструации или нифаса. Бухур аль-кьуста имеет слабый приятный аромат, который придает запах телу, а также очищает его.

## **Наложение компрессов**

Берется определенное количество кьуста, кладется в воду, кипятится на огне, оставляется, пока не станет теплым, потом в него окунается салфетка и накладывается на пораженный участок тела.

## **Людуд**

Это процесс дистилляции носа в зараженной части.

## **Прикладывание припарок**

Аль-Кьуст перемалывают, смешивают перемолотую часть с небольшим количеством воды или меда, делают кашицу и накладывают ее на места ожогов, ран, прыщей, фурункулов и т.д., и они проходят с соизволения Аллаха.

**Ат-Тантыль.** Слово ат-тантыль пришло от ан-натль - и это мытье тела водой. Если эта вода будет разбавлена с аль-кьустом аль-бахри, то это будет полезно для уничтожения микробов, бактерий и грибков на теле человека, особенно в подмышках, между бедрами, для растительности головы и остального тела, и это применяется как стерилизатор в целом.

## **Врачи говорят, что растение аль-Кьуст:**

- 1 . Содержит элемент хелинин и бензоатную кислоту, и оба эти элемента являются антисептическими, отсюда видна польза аль-кьуста в лечении миндалин, при воспалении язычка, при фарингите.
2. Так как аль-кьуст содержит элементы, убивающие бактерии, становится понятна польза аль-кьуста в лечении бактериального плеврита и пневмонии.
3. В объединении между хиджамой и кьустом есть медицинский смысл, т.к. кьуст содержит антисептические вещества, убивающие микробов, и поэтому он играет важную роль в стерилизации лезвия для хиджамы, когда им смазывают инструменты, и протирании ран после этого лезвия.
4. Также объединение между хиджамой и кьустом имеет небольшой секрет - в нем содержится профилактика шрамов, остающихся после хиджамы.

## Оглавление

Хельба.....	3
Состав семян хельбы.....	3
Современные учёные, проанализировав состав пажитника, выяснили, что его семена содержат много питательных компонентов:.....	3
- белки - крахмал - сахар - калий - кальций - магний - железо - фосфор - натрий - цинк - витамин А - витамин С - витамин В1 - витамин В2 - витамин В9 (фолацин, фолин, фолиевая кислота) - витамин РР - эфирное масло - энзимы.....	3
Помимо всего прочего, семена хильбе содержат все необходимые нашему организму незаменимые аминокислоты. ....	4
Применение и биологическое действие .....	4
Рецепты по применению.....	6
Рецепты с семенами пажитника нашли в египетских папирусах, датированных 1500 гг. до н.э.....	6
Косметологическое применение.....	10
Использование в кулинарии .....	11
Хна.....	12
Что же известно современной медицине?.....	13
Несколько тайн хны .....	14
Окраска волос.....	14
Еще немного секретов или хна с басмой. ....	16
Мехнди.....	17
Искусство: рисовать можно по-разному.....	20
Шаблонная техника.....	20
Переводная техника.....	21
Немного современности .....	23
ХИДЖАМ (хиджама).....	23
КРОВОПУСКАНИЕ И ЕГО ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ .....	23
ЧТО ГОВОРИТ ИСЛАМ ОБ ЭТОМ, ЕГО ПОЛЬЗЕ И ВРЕМЕНИ, КОГДА ЕГО СЛЕДУЕТ ДЕЛАТЬ .....	55

<b>Значение терминов .....</b>	<b>25</b>
<b>Данные хадисов .....</b>	<b>26</b>
<b>Требуется провести научные исследования и эксперименты с целью: .....</b>	<b>27</b>
<b>О пользе кровопускания .....</b>	<b>28</b>
<b>Время, наиболее предпочтительное для проведения данной процедуры .....</b>	<b>30</b>
<b>Где именно делались порезы, и в каких случаях .....</b>	<b>32</b>
<b>Вопросы по теме.....</b>	<b>32</b>
<b>ПРИМЕНЕНИЕ И ПОКАЗАНИЯ .....</b>	<b>34</b>
<b>Показания к кровопусканию .....</b>	<b>34</b>
<b>Техника кровопускания .....</b>	<b>35</b>
<b>Баночное кровопускание (аль-хиджама) .....</b>	<b>35</b>
<b>Показания для использования банок .....</b>	<b>35</b>
<b>Подготовка к процедуре .....</b>	<b>37</b>
<b>Мера и значение кровопускания .....</b>	<b>39</b>
<b>ПЕРЕЧЕНЬ БОЛЕЗНЕЙ И АТЛАС ТОЧЕК .....</b>	<b>39</b>
<b>ДЛЯ КРОВОПУСКАНИЯ.....</b>	<b>39</b>
<b>КЫСТ АЛЬ-ХИНДИ .....</b>	<b>52</b>
<b>Группа хадисов, в которых говорится об аль-кьуст аль-хинди, и то, что имеется в виду под семью излечениями: ..</b>	<b>52</b>
<b>Косметические средства .....</b>	<b>53</b>
<b>Вдыхание .....</b>	<b>54</b>
<b>Окуривание.....</b>	<b>54</b>