

Нефрит – камень жизни, здоровья и долголетия

Еще в глубокой древности люди ценили лечебные свойства нефрита... Но так, как относились к нему жители Китая, не относился, пожалуй, ни один народ, ни к одному камню в мире! Этот драгоценный минерал до сих пор является неотъемлемой частью жизни китайцев, пронизывая своей энергетикой всю их культуру. На этот раз мы попытаемся выяснить, почему все-таки жители Поднебесной настолько боготворят нефрит, и какими лечебными свойствами он обладает.

1) **Теплоемкость.** Нефрит – гладкий, теплый и приятный на ощупь минерал, способный долгое время сохранять тепло. Поэтому нагретый камень прикладывают при ушибах и ревматизме для снятия боли и воспаления.

2) **Омолаживающий эффект.** Красавицы всех времен любили этот самоцвет за его способность разглаживать морщины. В древности «косметологи» после массажа накладывали на лицо женщин нефритовые пластинки, которые делали кожу более свежей, цветущей и упругой, замедляя процессы старения в организме.

3) **Лечение почечных заболеваний.** Пожалуй, самое популярное применение нефрита, которое было известно еще за тысячу лет до нашей эры, – это лечение различных заболеваний почек. Именно поэтому древние целители называли этот самоцвет «почечным камнем». С помощью нефрита делают массаж в нижней части спины, а затем прикладывают к болезненной области нефритовую пластинку и обматывают плотным шерстяным платком. Также при такого рода заболеваниях советуют пить воду, настоянную на зеленом нефрите. Все это благотворно влияет на мочеполовую систему, способствует выведению камней и песка, избавляет от почечных колик.

4) **Успокоительный эффект.** Еще в Древнем Китае с помощью этого драгоценного камня выводили людей из глубоких депрессий и успокаивали «буйных». Это удивительно, но как показывает практика, у людей, носящих бусы и браслеты из нефрита, нормализуются сон и артериальное давление, исчезают бессонница и ночные кошмары.

5) **Использование нефрита в массаже.** Применение этого самоцвета в массажных процедурах помогает усилению лимфообращения, быстрому выводу шлаков и продуктов распада. Массаж камнем способствует стабилизации обменных процессов в организме, замедлению процесса старения. Помимо прочего, нефрит влияет на выработку эндорфинов – гормонов удовольствия, повышающих настроение и улучшающих состояние здоровья в целом.

Так что этот самоцвет недаром с незапамятных времен считался панацеей от всех болезней и назывался «камнем жизни». Нефрит действительно обладает мощной энергетикой, успокаивает нервную систему и является бесценным помощником в оздоровлении нашего организма.

Павел АЛИНИН