

# ZALMANOVA

## OPAL & AMBER

### -Terapikoncentrat i badkar-

**Baserat på gamla ryska traditioner, förnyad formel  
Avslappnande, välmående koncentrat i badkar**



**Hur gör jag och vilken temperatur är det som gäller?  
Se sista sidan om tips och rekommendation för optimalt resultat.**

### Bakgrundshistoria

Dr. A. Zalmanov föddes i (Vit)Ryssland 1875 i en aristokratfamilj.

Han började på Medicinska Universitetet i Moskva, men han lämnade universitetet eftersom han inte var nöjd med den kunskap han fick och inte heller med resultaten av modern medicin och praktik.

Han lämnade Ryssland och började sin studie i Tyskland vid Heidelberg Medical University.

Han fick tre medicinska examensbevis, men han kunde inte acceptera tillämpningen av läkemedel och istället inledde han sitt arbete på naturliga helande sjukhus.

På den italienska Nervi-kliniken hjälpte han några "berömda" människor som Rosa Luxemburg, Plekhanov, Clara Cetkin och sjömännen från krigsfartyget med läkande effekter. Efter utbrottet av första världskriget återvände han till Ryssland för att tjäna och läka/bota soldaterna på fronten.

Efter kriget och under Bolsjeviktiden blev han Lenins personliga läkare.

Lenin ville att han skulle organisera ett effektivt sovjetiskt medicinskt system.

Senare tillät Lenin honom fly från Sovjetunionen 1921.

Dr. Zalmanov accepterade Lenins erbjudande. Lenin gav honom pengar, pass och en bil och han lämnade för att åka till Frankrike.

I Frankrike träffade han Nobel-prisade danske Dr. Krogh och hans arbete i hudkapillärsystemet.

Dr. Zalmanov vidareutvecklade teorin kring kapillärsystemet och utarbetade den så kallade kapilloterapin. Medierna skrev om Dr. Zalmanov "... läkaren med lejonhjärta, med en falkens insikt och en orms vishet..."

Dr. Zalmanov - baserat på sin egen praxis och experiment - benämnde de verkliga fysiska och psykiska orsakerna till sjukdomar och åldrande som ett förräderi mot vår egen kropp och självföreställning. Dessa känslor är också orsakerna till att hudens kapillärsystem blockeras. De två orsakerna till kapillärsystemets ogenomtränglighet är de orena känslorna och de giftiga metaboliterna i maten samt kemikalier och kosmetika.

Dr. Zalmanov använde sin egen formel för rengöring av kapillärsystemet, liksom terpentinen från det siberiska cederträet samt röd furu (pinuslarix) som rengör blodet och förser det med oxygen och att den innehåller de unika dihydro-quercetin-flavinerna för att öppna det blockerade kapillärsystemet. Destillerat terpentin från tall användes redan i den sumeriska och även i den egyptiska kulturen.

Hunnerna och det ungerska folket tillverkade också flera mediciner från terpentinen som lätt tränger in i hudvävnaderna och kan nå nerverna och kapillärvenen.

Patienterna som använde Zalmanov-badkur kände sig förnygrade och pånyttfödda. Andra observerade resultat som bättre andning och eliminering av njur-, lever- och hjärtproblem samt eliminering av smärta i nervsystemet.

Han botade mer än hundratals sjukdomar som urinproblem, problem med reproduktionsorganen, hudproblem, utmattning och överviktsproblem.

Han gjorde studier med mer än 200 patienter med en ålder över 70 år, och alla rapporterade spektakulära förbättringar och vitalitet. Tusentals människor i Berlin och Moskva åtnjöt de positiva effekterna av Dr. Zalmanovs badkurer. 1952 godkände den franska hälsoministern officiellt Dr. Zalmanovs badkur som exceptionellt effektiv och naturlig produkt och metod. Efter att legat i glömska under lång tid har Zalmanov-metoden återupplivats.

1958 publicerade Dr. Zalmanov sin bok "Den dolda visheten om människokroppen" på franska, tyska och italienska.

Dr. Zalmanov var övertygad om att den "moderna" medicinens falska tro på läkemedel och piller var och är en dödlig och fel inriktning. "Den moderna medicinen bryr sig inte om kapillärsystemet, som förser vävnaderna och organen med blod, och där 80% av blodcirkulationen flyter. Utan kunskap om kapillärsystemet fungerar medicinen bara på ytan och kommer aldrig att förstå de verkliga djupa karaktäristika och orsakerna till sjukdomarna" skrev Dr. Zalmanov.

Han lämnade Moder Jord knappt 90 år gammal, han arbetade med otrolig vitalitet och mental kraft ända till sista stund i sitt liv. Han brukade säga: ...att dö som en ung person på 90 år...

1960 beordrade doktor-generalen för den ryska armén Jurij Kamanev återupprättelse av Dr. Zalmanov forskning. De gjorde en fullständig studie av de ursprungliga recepten och lade till all information från Zalmanovs familj och lärjungar. De ursprungliga studierna finns i arkivet för den ryska militära medicinska akademien.

Ovanstående rapport om Dr. Zalmanov är baserad på följande publikationer:

Dr. A. Zalmanov: Secretetsagesse ducorps (1958) ..  
 Le Miracle de la vie (1960)  
 Desmilliers de cheminsd'accés á la récupération (1965)  
 Michel Dogna: L 'hidrodthérapiechezsoi (2012)  
 József Kovács: Hög rengöring av vår kropp (2012)

### [Steg-för-steg-rengöring av vår kropp \(2012\)](#)

Den ursprungliga badkurterapin från Dr. Zalmanov bestod av två bad, de så kallade "gula" och "vita" baden.

Det ursprungliga "gula" badet anpassades till vår ålder och benämndes som "AMBER" -bad, som är ett "lätt-tall" -bad och tillhör solens geni.

Det ursprungliga "vita" badet anpassades till vår ålder och kallades "OPAL" -badet, och tillhör månens geni.

Dessa båda baden är mästarna i uppvaknandet och frigörandet från mentalt tryck.

Känslomässigt är de utmärkta skapare av harmoni.

#### **AMBER-BADET**

AMBER-badet frigör plack i blodkärlen och kapillärerna och förbättrar de metaboliska processerna.

Ricinolja, oljesyra, terpentin och saponin bildar ett stängningsskikt på badvattenytan, så att värmeförlusten i kroppen minskar. Den konstanta värmen i badvattnet ger en extra värme i blodet och den lymfatiska vätskan och den intracellulära vätskan. Denna extra värme kan frigöra och lösa de enorma molekylerna (plack) som bildades av olika skadliga material. Med den djupa andningen och de eteriska oljorna av cederträ och tallhartser börjar rengöringsprocessen också i lungorna.

Den lila-bruna färgen på AMBER-bademulsionen kommer från två gåvor från Moder Jord vilket är torv- och leonardit-humussyror. Humussyrans rengöringskraft tillsammans med tallcedar terpentin och hästkastanj saponin samt vaniljolja och oljesyra ger fördelen av AMBER-badet.

Detta bad eliminerar kapillärstopparna och utvidgar dem och förbättrar deras självrensning. Det bidrar även till eliminering av de stora kolloidala molekylerna och ackumulerade salter genom huden.

#### **Påskyndar metaboliska processer**

Genom att öppna och utvidga kapillärsystemet kan det intracellulära och de extracellulära vätskorna i blodserum och blodplasma flöda snabbare.

Hjärtcellerna innehåller massor av mitokondrium så de behöver mycket syre och högre temperatur (37-39°C) för att fungera korrekt.

Korrekt funktion är begränsad om blodtrycket är lågt, kapillärsystemet minskas och vår kropp och lemmar kyls ner. Kapillärsystemet kan också minskas av känslor och medvetenhetens kramp.

Vår kropp måste värmas upp om vi vill bli av med ångest och kramper och självanklagandet. 70-80% av vårt immunsystem finns i vårt mikrobiom och de behöver också temperatur över 37° C för att fungera effektivt.

Med AMBER-badet, under den stängda badvattenytan, kan den ökade temperaturen starta självrensningen och möjligheten till självkonstruktion kan vakna.

AMBER-badet ökar blodtrycket, förbättrar andningen och ökar kroppstemperaturen och därmed förbättrar syretillförseln och självkonstruktionsprocesserna.

Effekten av AMBER-badet kan förbättras genom att tillsätta valnötsdelar i vattnet (lägg 500 g valnötsblad i en tygpåse och koka det i 15 minuter och håll det direkt i badvattnet - tillsammans med tygpåsen). Kraften hos AMBER och OPAL-badet kan förbättras med 10 droppar verklig lavendelolja.

#### OPAL-BADET

I OPAL-badet är ingredienserna: salicin av *Salix alba*, saponin från hästkastanj, terpentin i tall-cederträ, kamfer och den andra gåvan från Moder Jord fulvosyra - alla förbättrar varandras effekter, med andra ord - de är i synergi.

I OPAL-badet är värmeförlusten högre än i AMBER-badet.

OPAL-badet ger en slags rytmisk träning för hudvävnaderna och även till organen.

Hjälper till att mjuka upp musklerna, senorna och ledstyvheten så att vi kommer att känna en skön pirrande känsla.

Kapillärernas innerdiameter är cirka 10 µm och deras inre laddning är negativ.

De yttre diametrarna för röda blodkroppar är likartade och deras ytladdning är också negativ. Detta är det grundläggande skälet till att det ungefärliga 100 000 km långa kapillärsystemet kan fungera.

Kramper påverkade av känslor, rädsla, ångest och vår låga nivå av medvetenhet och även vår dåliga kvalitet av mat kan resultera i en positiv laddning av kapillärsystemets innervägg. I detta fall fastnar de röda blodkropparna på väggen och därmed kommer cellerna och vävnaderna till blod och syre att begränsas.

Män utan regelbunden rörelse och kvinnor med kalla skinkor kommer inte att kunna värma upp sig själva.

I dessa fall kan OPAL-badet vara den mest effektiva hjälpen för svaghet, prostataproblem, muskelskelettproblem, hjärtmuskels svaghet och lågt blodtryck.

OPAL-bad bidrar till djupare andning samt att det rengör och tar bort våra inre avlagringar långsammare än vad AMBER-badet gör.

#### DE BLANDADE AMBER- OCH OPAL-BADEN

De blandade AMBER- och OPAL-baden förbättrar de positiva effekterna av de enskilda baden.

Generellt blandningsförhållande är 50-50%.

Genom att undergräva skapelsen i vår kropp tvingar vi bakterierna i vår mikrobiom att bryta ner aminosyror och därmed kan vissa skadliga molekyler som histamin, tiramin, kadaverin och putrescin komma in i blodomloppet.

I våra ZALMANOVA AMBER & OPAL-bad elimineras de smärtsamma effekterna, vilket de ursprungliga ZALMANOV-baden orsakade på känsliga hudytorna.

Ändå föreslår vi alla men särskilt människor med känslig hud att vara försiktiga under det första badet.

Vi rekommenderar inte appliceringen av ZALMANOVA AMBER- och OPAL-baden i följande fall:

- ammande mödrar med barn upp till 6-8 månaders ålder

- under graviditet
- efter hjärtattack och vid allvarlig hjärtsvagheter
- öppna sår på huden
- vid avancerad cancer
- levercirros
- högt blodtryck
- under påverkan av alkohol och droger eller modifierat medvetande
- allvarliga åderbräck
- under tuberkulos
- avancerat tillstånd av hysteriker och idiom
- sår i matsmältningssystemet
- kroniska njurproblem
- avancerade hudsjukdomar (eksem, psoriasis)

Effektiviteten hos ZALMANOVA-baden kan förbättras om vi före appliceringen gör en lever- och matsmältningsrengöring och också en parasitkontroll (spiroketer).

Nödvändig utrustning:

- ett badkar i ett badrum med behaglig temperatur
- en termometer som helst kan flyta på vatten
- en väckarklocka helst med stora synliga nummer
- en halkfri golvmatta eller en handduk/badlakan vid badkaret
- en öppen glasflaska (storlek 1-1,5 liter) utan lock

#### **Utförande av badkuren:**

Fyll badkaret med varmt (36-37°C) vatten. Vattennivån ska vara 10-15 cm under översvämningshålet.

Fyll glasflaskan upp till 2/3 med 60°C vatten och håll, enligt dosering, AMBER- och / eller OPAL-badet i flaskan. Stäng flaskan med ett lock/skruvkork.

Skaka flaskan 60-70 gånger (inte våldsamt) vilket förstärker dess effekt. Håll det i badkaret och blanda in det.

Sitt i badkaret och höj temperaturen efter 5 minuter med 1°C var 2-3 minut tills temperaturen når nödvändigt värde.

Det bästa sättet är att sitta i vattnet så att vår kropp täcks helt av vatten upp till vår hals.

*Självobservation är mycket viktigt:*

- om vårt ansikte inte svettas av badet bör det förlängas med 2-3 minuter
- om vår hjärtrytm är snabbare kan orsaken vara förändring av blodtrycket, i det här fallet är förmodligen vattnet för varmt, eller så har det lagts till för mycket badkoncentrat i vattnet alternativt så stannade vi för länge i badet
- om vi under de första 10 minuterna av badet upplever en obehaglig känsla runt könsorganen bör vi komma ut ur vattnet och vid behov kan vi tvätta med varmt vatten som innehåller Na-bikarbonat.

Efter avslutat bad, skölj kroppen med vatten (utan tvål) och täck kroppen omedelbart med en handduk eller badrock. Vi kan gå till sängs utan att duscha om vi mår bra och känsligheten i huden är normal.

Ta direkt efter en vila i en säng i minst 1 timme, men bäst är att sova till följande morgon.

Badkuren kan upprepas under 2-3 gånger, men med minst 1 dag emellan 2 bad.

Enligt Dr. Zalmanov är en av de viktigaste sakerna observation av våra kroppsreaktioner och upplevelsen av de goda känslorna under badet.

När vi har kommit ut ur vattnet bör badkaret rengöras ordentligt från sedimenten. Särskilt AMBER-badet lämnar flera rester.

Ingen ska använda badkaret förrän det har rengjorts.

Kontrollera alltid din puls efter badterapi, pulsen kan gå upp till 100 / min från det normala värdet 60-80 / min, men efter badet (under avkopplingstiden) kommer detta värde att återgå till det normala värdet.

En vuxens normala blodtrycksvärde är mellan 110/70 mm Hg och 140/90 mm Hg.

Om blodtrycket är över 140 mm Hg, välj det blandade badet för första gången och senare långsamt öka AMBER-badkvoten i bademulsionen.

Under badtiden och i början av avslappningstiden börjar blodet långsamt rinna i det frigjorda kapillärsystemet så att vårt blodtryck kan sjunka ett tag men efter det kommer det att stabiliseras. Det är därför avslappningen (läggning i sängen täckt med filt) är så viktig efter badet.

Under avkopplingstiden kan vi dricka varma avslappnande teer som lind, johannesört, mejram, timjan, havre, humle etc.

Under den avkopplande tiden är vårt kapillärsystem också avslappnat, och när vi arbetar och gör något kommer de att leverera mer blod till vår kropp än tidigare.

### **Hur gör jag och vilken temperatur är det som gäller?**

**Se nästa sidan om tips och rekommendation för optimalt resultat.**



AMBER och OPAL badkur

### **Applikation för AMBER badkur**

Antal bad	Mängd AMBER Badkur (ml)	Vatten-Temperatur (°C)	Baddid (minuter)
1	25	36-37	12
2	30	36-37,5	13
3	35	36,5-38	14
4	40	36,5-38,5	15
5	45	36,5-38,5	15
6	50	36,5-38,5	16
7	50	36,5-38,5	18
8	50	36,5-39	20

### **Applikation för OPAL badkur**

Antal bad	Mängd AMBER Badkur (ml)	Vatten-Temperatur (°C)	Baddid (minuter)
1	20	36-37	13
2	25	36-37,5	14
3	30	36,5-37,5	15
4	35	36,5-38	16
5	40	36,5-38	17
6	45	36,5-38	18
7	50	36,5-38	19
8	50	36,5-39	20

### **Applikation för mixning av OPAL & AMBER badkur**

Antal bad	Mängd av (ml):		Vatten-Temperatur (°C)	Baddid (minuter)
	OPAL	AMBER		
1	25	40	36-39	12
2	30	40	36-39	13
3	30	40	36-39	14
4	35	40	36-39	15
5	40	40	36-39	15
6	40	40	36-39	15
7	45	45	36-39	17
8	45	45	36-40	19