

# ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ . СВОЙСТВА, ВКУСЫ, ДЕЙСТВИЯ.

## СОДЕРЖАНИЕ

Мясо  
Зерно  
Масла / сыры / жиры  
Зелень / овощи  
Фрукты / ягоды  
Пряности / приправы  
Орехи / семечки  
Другое  
Приготовленная пища  
Питье / напитки

### ИСТОЧНИКИ

ЧШ - Чжуд-ши, 2001 г, перевод Дашиева Д.Б.

ВО - Вайдурья Онбо, 2014 г, перевод Дашиева Д.Б.

РТ - Ринчен Тензин, сентябрь 2017 г., Иркутск.

РТ1 - Ринчен Тензин - "Питание, образ жизни", лето 2012 г.

РТ2 - Ринчен Тензин Лекции «Питание и образ жизни». Иркутск, 2 мая 2014 г.

АС - Алексей Сумцов. 1 и 2 ч. лекции "Продукты, не описанные в ЧШ"  
(источники 2001 и 2003 г, личные комментарии)

АК - Андрей Кособуров. Энциклопедия лекарственного сырья. 2015г.

**Внимание! В переводах не всегда объясняется способ применения (внутри или наружное) для достижения той или иной цели.**

**Если речь идет о сочетании доша, то в каждом случае их будет по три: преобладание одного доша, преобладание другого доша и в равных пропорциях. И в зависимости от этого надо рассматривать подходящее питание. РТ2**

**«+» - продукт оказывает положительное воздействие на доша**

**«-» - продукт оказывает отрицательное воздействие**

**«+/- » - продукт не вредит, но и пользы не приносит**

**Материал собран и обработан Юлией Березиной и Константином Рукоусевым  
Март 2019 г.**

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
<b>МЯСО</b>										
<b>8 классов мяса</b>										
птицы, копающие лапками			ЧШ68 Павлин, улар, куропатка, клушица, ворона и другие горные птицы.			+				
птицы, копающие клювами			ЧШ68 Попугаи, кукушки, голуби, сороки, соловьи.							
горные животные			ЧШ68 Олень, кабарга, дзерен, дикий баран, заяц и оронго.				+			
	сладкое	легкое, холодное	ЧШ69. Мясо горных животных лечит жары, вызванные сочетанием всех <i>доша</i> .							
			РТ2 При "желчи" с "ветром" хорошо будет помогать мясо оленя. В таком случае будет хорошо помогать мясо горных коз или козлов, мясо большей части травоядных животных, которые обитают в горах, в первую очередь таких как горные бараны, горные козлы, горные антилопы различные.				+			
крупные дикие животные			ЧШ68 Сайгак, тибетский олень, тар, дикая свинья, буйвол, носорог, дымчатый леопард, кулан, дикий як, дикий хайнык.			-	+	-		
			РТ Мясо диких животных должно помогать при жаре "ветра"...Вредит при ходном "ветре"... Вредит при болезнях "слизи".			-	+	-		
хищные животные			ЧШ68 Тигр, леопард, бурый медведь, медведь-пищухаед, снежный леопард, волк, рысь, лиса, дикая собака, корсак.		-	+	-	+		
			ЧШ69. Мясо хищных зверей ... порождает огонь желудка, разрушает скраны, увеличивает вес тела, лечит болезни холода.							
			РТ Помогает при холодном "ветре"...Вредит при "желчи".							
		грубое, легкое, острое (ЧШ69) теплое (РТ2)	РТ2 Любые виды мяса хищников – все они являются «тёплыми», их при «желчи» употреблять не нужно. РТ2 Мясо и жир хищников по природе «тёплое», поэтому помогает от «слизи».							
птицы, кормящиеся своей силой и ловкостью			ЧШ69 Гималайский гриф, сокол, ягнятник, коршун, ворон, сипуха, ястреб.	-	-	+				
животные, которыми владеет человек			ЧШ69 Хайнык, як, верблюд, лошадь, осел, бык, ортом, коза, овца, собака, свинья, курица, кошка.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
животные, обитающих в норах			ЧШ69 Сурок, еж, лягушка, змея, барсук, ящерицы, скорпион.		-	+		+		
			РТ Вредит при болезнях "желчи"		-					
животные воды			ЧШ69 Журавль, чирок, огарь, гусь, чайка, выдра и рыбы.							+
		тяжелое, горячее (ЧШ 69, РТ2)	ЧШ 69. Полезно при холоде "ветра" в желудке, почках и пояснице.							+
<b>3 вида мяса по происхождению</b>										
животные суши	сладкое	прохладное, легкое, грубое (ЧШ69)	ЧШ69 Подавляет жар "ветра" и "слизи"					+		+
животные воды	сладкое	тяжелое, горячее (ЧШ69) жирное	ЧШ69 Полезно при холоде "ветра" в желудке, почках и пояснице.	+	-			+		
			РТ2 Мясо животных, которые обитают в воде, помогает "слизи". В особенности, если они не жирные.							
животные, обитающие и на суше, и в воде		горячее и холодное сразу (ЧШ69)								
баран	сладкий (ЧШ68)	маслянистая, горячая (ЧШ68,124) тяжелая, мягкая (ЧШ108)	ЧШ68 Усиливает тепло, укрепляет тело, подавляет "ветер" и "слизь", возбуждает аппетит. + ЧШ 124	+	-	+	-	+		
		теплое, грубое, острое (РТ2)	РТ При "ветре" с жаром лечения не будет, лучше отказаться... При ""желчи" вредит все, что с качествами "маслянистый" и "теплый"... Баранина помогает при "слизи"... При холодном "ветре" помогает. РТ2 Свойство "острота" вредит "маслянистости" "желчи" и помогает при "тупости" "слизи". РТ2 Хоть и "маслянистое", но не вредит "слизи", т.к. по свойствам "теплое". по трем характеристикам оно "слизи" помогает" (за искл. "тяжести").							
			ЧШ87 Бараньи яички усиливают страсть.							
баран дикий	сладкий (ЧШ68)	легкое, холодное (ЧШ69)	см. Мясо горных животных							
бобёр	сладкий		РТ1 Полезно для мужской силы, при болезнях поясницы, от холода почек.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
буйвол	сладкий		ВО203 Нагоняет сон, увеличивает вес.							
бык			см. Корова							
великое			ЧШгл.5 Это питание для больных "ветром".	+						
	у большинства частей сладкое (АК171)	у большинства частей согревающее	АК171 Мясо усмиряет <i>брас</i> , лечит болезни <i>гнйан</i> , побеждает отравление ядами, излечивает болезни <i>рлунг</i> , восстанавливает телесные силы, помогает при болезнях из-за демонов. Заменяют медвежьим мясом и даже бараниной.							
			АК171 Кровь побеждает болезнь <i>мдзе</i> , собственная кровь из носа останавливает кровотечения и связывает отверстия сосудов.							
верблюд	сладкий (ЧШ68)		РТ1 Помогает при "слизи" и "ветре"; немного схоже с мясом барана.	+	-	+		+		
волк										
	сладкий (ЧШ68)	грубое, легкое, острое (ЧШ69) теплое (РТ2)	ЧШ69. см. Мясо хищных животных .							
			ЧШ87 Волчий желудок порождает тепло, расплавляет ма-жу. ЧШ87 Волчий язык подавляет скраны.							
выдра										
	сладкий	видимо маслянистое, тяжелое, теплое	ЧШ69. Возбуждает страсть, изгоняет холод из почек и поясницы.	+	-	+		+		
			ВО205 Усиливает потенцию, изгоняет холод из области почек и поясницы. ЧШ87 Печень выдры излечивает задержку мочи.							
заяц	сладкий (ЧШ68)	грубое (ЧШ69), прохладное, маслянистое	ЧШ69. Порождает тепло, останавливает понос.	+	-	+		+		
змея			ВО313 Разбивает всякие комки и сгустки, выталкивает пробки, оно полезно при болезнях глаз, при колющем жаре легких у детей, при появлении язв <i>мдзе</i> , избавляет от костных наростов. + ЧШ 87							
			РТ Вредит при болезнях "желчи" (животные, обитающие в норах)							
корова/бык				+/						
	сладкий	холодная, тяжелая (ЧШ 69), тупая, маслянистая	ЧШ69. Подавляет жар "ветра".	-	+	-	+		+	+
		прохладная (ЧШ 109)	ЧШ109 При болезнях "желчи" - свежая говядина. + РТ1							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			<p>РТ Вредит при болезнях "слизи", т.к. "холодна" и "тяжела". РТ2 Вредит "маслянистости" и "прохладе" "слизи". За счет "тяжести" вредит "тяжести" "слизи". РТ2 При "остроте" "желчи" помогает "тупость" и "прохладность" говядины... "Тупость" помогает при "ветре", "при "желчи" и при их сочетании. При сочетании "желчи" и "слизи" будет достаточно нормально. Хорошо употреблять при сочетании всех трех <i>доша</i>.</p>							
КОНЬ	сладкий	теплое	ЧШ69. Мясо непарнокопытных останавливает гниение, очищает почки и поясницу от холода, лечит болезни <i>чху-сер</i> .	+	-	+	-	+		
		маслянистое, горячее (ЧШ124) тяжелое, мягкое (ЧШ108)	ЧШ124 Диета при "ветре" :..., мясо лошадей. + ЧШ 108							
			РТ1 Полезно при холоде "слизи", при болезнях суставов.							
			РТ При холодном "ветре" помогает.							
	сладкий (АК159)		АК160 Действие мяса уравнивающее и умасливающее. Мясной бульон вычищает болезнь <i>дму-чху</i> .							
КОЗЕЛ	сладкий (ЧШ68)	тяжелая, холодная (ЧШ69), тупая	ЧШ69 приводит три <i>доша</i> в движение, полезна при <i>бсе-дуг</i> , черном <i>брум</i> , ранах и ожогах.	-	+	-	+	-	+	
			РТ Вредит при болезнях "слизи"...Должна помогать при жаре "ветра"...Вредит при холодном "ветре". РТ2 Вредит "маслянистости" и "прохладе" "слизи". При сочетании "желчи" и "слизи" будет достаточно нормально.							
		тяжелая, тупая, прохладная (РТ2)	РТ1 Полезно при болезнях "желчи"...РТ2 Будет способствовать усилению качества "ветра"" холодность". РТ2 При "остроте" "желчи" помогает "тупость" и "прохладность" говядины... "Тупость" помогает при "ветре", "при "желчи" и при их сочетании. РТ2 "Тяжелая" и "прохладная" будет вредить при "слизи".							
			АК176 Печень лечит глазные болезни и убивает червей +ЧШ87							
			ЧШ87. Козья кровь обезвреживает <i>рег-дуг</i> , лечит черный <i>брум-бу</i> .							
козел горный			см. Мясо горных животных							
кошка	сладкий (ЧШ68)		РТ1 полезно при холоде "слизи"							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В		
кулан	сладкий (ЧШ68)		ЧШ69. Мясо непарнокопытных останавливает гниение, очищает почки и поясницу от холода, лечит болезни чху-сер.			+						
лось		прохладное, маслянистое		+			+					
медведь бурый	сладкий (ЧШ68)	грубое, легкое, острое (ЧШ 69)	см. Мясо хищных зверей.	+	+	-	+	-				
	У мяса - сладкий, (АК160)		АК ЭЛС160 У мяса действие согревающее и умасливающее. Мясо лечит болезни жара.									
			ЧШгл20 Мясо медведя умирляет чирии, угнетает "ветер", яды и болезни гнйан.									
	У сердца - сладкий (АК 160)		АК ЭЛС160 У сердца действие охлаждающее и умасливающее. Помогает при женской болезни "опасная кровь" в сердце.									
	У мозга: сладкий, (АК160)		АК ЭЛС160 У головного мозга действие согревающее и умасливающее. Лечит раны головы.									
			АК ЭЛС160 Лапы в китайской медицине считаются лучшим средством для восстановления сил тела и потенции.									
мышь			РТ1 помогает при раке по холодному типу, болезнях поясницы, почек, при болях головы от охлаждения.	+	-	+						
олень	сладкий (ЧШ68)	прохладное, маслянистое	ЧШ 87 Кровь оленя изгоняет червей, останавливает кровотечение из матки. +РТ2	+	+		+					
олень горный	сладкий (ЧШ68)	легкое, холодное (ЧШ69)	см. Мясо горных животных.									
			ВО205 Мясо тибетских оленей... Большой частью бывает прохладным и легким, лечит жар "слизи".	-	+	-			+			
осёл	сладкий (ЧШ68)	тяжелое, маслянистое, мягкое, горячее (ЧШ108)	ЧШ69. Мясо непарнокопытных останавливает гниение, очищает почки и поясницу от холода, лечит болезни чху-сер.	+	-	+						
			ВО347 Способствует накоплению <i>семи сил тела</i>									
			РТ1 полезно при холоде "слизи", при болезнях суставов									
			ЧШ108 Ослятина - при болезнях "ветра" + ЧШ 124									
			ЧШ87 Ослиный язык останавливает понос.									

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			ЧШ87 Ослиная кровь лечит <i>грум-бу</i> и <i>чху-сер</i> суставов.							
рысь	сладкий (ЧШ68)	грубое, легкое, острое (ЧШ69, 109), теплое (РТ2)	ЧШ69 Мясо хищных зверей ... порождает огонь желудка, разрушает скраны, увеличивает вес тела, лечит болезни холода. ЧШ109 Хорошо при болезнях "слизи".	-	-	+				
СВИНЬЯ	сладкий (ЧШ68)	холодная, легкая (ЧШ69)	ЧШ69 Разрушает <i>брас</i> , удаляет <i>смуг-по</i> .	-	+	-	+	-	+	+
			РТ1 полезна при <i>бекен-муг-по</i> ; при других видах "слизи" вредна из-за "холодности" и "тяжести"; поскольку "масляниста", то вредна для "желчи"...... РТ2 Будет способствовать усилению качества "ветра" холодность".При сочетании "желчи" и "слизи" будет достаточно нормально. Хорошо употреблять при сочетании всех трех доша.							
		Холодная и тяжелая, если содержится в тесном замкнутом пространстве	<i>АС Свинья, выращенная в закрытом месте, которая ест помои «со стола», имеет сало, которое при пережевывании оставляет вату во рту. Это сало называют помойным. Если свинья двигается – это хорошо. Ее мясо легкое и холодное</i> <i>Тибетские свиньи – это, как дикий кабан, и не сильно отличаются по свойствам. Такое мясо лечит бекен муг-по.</i>							
			РТ Свинина должна помогать при жаре "ветра" ...Вредит при холодном "ветре" ... Вредит при болезнях "слизи".							
			ЧШ87 Свиной язык вытягивает наросты на костях.							
			ЧШ87 Свинья кровь собирает рассеявшийся <i>смуг-по</i> .							
собака	сладкий (ЧШ68)		РТ1 Полезно при болезнях холода.		-	+				
			ЧШ87 Собачий язык заживляет раны.							
			ЧШ87 Собачьи яички изгоняют мертвый плод из матки.							
сурок	сладкий	маслянистое, тяжелое, горячее (ЧШ69, 124) мягкое (ЧШ108)	ЧШ69. Полезно при нарывах, изгоняет болезни холода и "ветра" из желудка, почек, поясницы и головы. ЧШ108 Сурка мясо - при болезнях "ветра" + ЧШ124	+	-					
			РТ Вредит при болезнях "желчи" (животные, обитающие в норах).							
			ЧШ87 Печень сурка соединяет сломанные кости.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
суслик			РТ1 Полезно для мужской силы, активизирует почки, вызывает сильное образование спермы.		-					
			РТ Вредит при болезнях "желчи" (животные, обитающие в норах).							
як	сладкий (ЧШ68)	горячее (ЧШ69), маслянистое	ЧШ69 изгоняет холод и порождает кровь и "желчь"	+	-	+		+		
			РТ1 "Теплое" - полезно при болезнях "слизи". При равном сочетании "ветра" и "слизи" будет хорошо помогать.							
як дикий	сладкий (ЧШ68)		ЧШ69. Изгоняет холод из желудка и печени, порождает тепло.		-	+		+		
			ЧШ87 Кровь дикого яка останавливает понос.							
		легкое, грубое (ЧШ109)	ЧШ109 Хорошо при болезнях "слизи". + РТ.							
ящерица да-бйид			ЧШ87 Лечит холод почек и поясницы.	+	-	+				
			РТ Вредит при болезнях "желчи" (животные, обитающие в норах).							
<b>МЯСО ПТИЦЫ</b>										
воробей	сладкий (АК157)		ЧШ69 Увеличивает образование семени и полезно при ранах.							
			АК157 Действие у мяса охлаждающее и облегчающее. Мясо восстанавливает ткани тела и увеличивает ослабленную потенцию.							
курица	сладкий (ЧШ68)		ЧШ69 Увеличивает образование семени и полезно при ранах.	+		-		+		
			РТ2 Мясо курицы будет очень хорошо помогать при холоде "ветра". Курятина помогает от "ветра", от "слизи" не помогает.							
		уравнивающее (АК151)	АК151 Действие у мяса уравнивающее. Восстанавливает ткани тела и усиливает потенцию.							
			ЧШ87 Кровь из петушиного гребешка питает мясо, укрепляет губчатое вещество костей.							
павлин	сладкий (ЧШ68)		ЧШ69 Помогает при болезнях глаз, хрипоте, укрепляет стариков.							
			ЧШ87 Угнетает "желчь" и яды		+					
утка			РТ2 Мясо утки намного "теплее" курятины, потому что она обитает в воде.		-	+				
<b>Морепродукты</b>			РТ2 Мясо всех животных, обитающих в воде также «тёплое»... Качество "острота" усаливает качество "маслянистость". Поэтому при «желчи» не следует их употреблять.РТ2 Не вредят "слизи", т.к. по свойствам "теплое".	+	-	+	-	+		

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			РТ Морепродукты при холодном "ветре" помогают... Вредят при "желчи".							
рыба	сладкий (ЧШ68)	острая, теплая, грубая (РТ2)	ЧШ69 Помогает при болезнях желудка, возбуждает аппетит, проясняет зрение, разрушает брас и "слизь".		-	+	-	+		
		легкая, грубая (ЧШ109)	ЧШ109 Хороша при болезнях "слизи" +РТ.							
			ЧШ648 При болезнях гортани - отвар рыбы.							
			РТ1 "Теплое", "маслянистое", полезно при холоде "слизи", заживлении ран, при раке холодного типа. По трем характеристикам от "слизи" помогает.							
лягушки			РТ1 теплое, маслянистое, полезно при холоде "слизи", заживлении ран, при раке холодного типа.	+	-	+	-	+		
крабы			ЧШ88 Крабы выводят закупорившуюся мочу.							

Мясо у четвероногих самцов "тяжелее" в грудной части туши, а мясо самок - в нижней части туши. А мясо беременных самок целиком «тяжелое» (ЧШ69)

Мясо птиц - наоборот, мясо самцов "легче" (ЧШ 69)

Свежее мясо "холодит", а старое "согревает" (ЧШ 69)

Сухое и сваренное - "легче" и переваривается лучше (ЧШ 69)

Прошлогоднее сушеное мясо угнетает "ветер", порождает огонь и тепло (ЧШ 70)

Мясо птиц, живущих в горах, подобно мясу животных, живущих в горах, их мясо теплое

Рыба, обладающая чешуей, теплее чем рыба, покрытая только кожей

ЗЕРНО										
Два вида зерновых										
КОЛОСИСТЫЕ	сладкий (ЧШ68)		ЧШ68 Относятся рис, просо, пшеница, ячмень кхра-ма, ячмень нас, ячмень со-ба, овес и прочие.							
			ЧШ68 Они возбуждают страсть, подавляют "ветер", порождают силу и "слизь".	+		-				
			РТ1 Злаки, растущие в колосе полезны для ро-ца (мужской силы), сохраняют придают силы, но так же увеличивают "слизь".							
стручковые	вяжущий, сладкий (ЧШ68)	холодны, легки, обезжирены (белесы) (ЧШ68) ,	ЧШ68 Горох и бобы.			+	+			+
			ЧШ68 Завязывают отверстия сосудов, удаляют жар "слизи", вбирают масло после массажа, останавливают понос, помогают при болезнях крови, "желчи", при ожирении.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			РТ1 Бобы и горох считаются тяжелыми и не маслянистыми; если много, то ведет к закупорке сосудов; полезны при "слизи" и жаре; втягивает в себя жир и выводят его из организма; полезны при давлении и для похудения — одинаково с чечевицей.							
гречиха		холодная, легкая (ЧШ68) тупая	ЧШ68 Разрушает брас, порождает три доша.	-	-	-				
			См Колосковые (тибетцы относили именно к колосковым)							
			ВО203 Все виды гречихи по свойствам прохладные и легкие, разрушают раны, возбуждают все три доша. <b>(Разрушают раны - возможно в значении заживляют)</b>	Уточнить у Геше						
			РТ1 Прохладна и легка; ее избыток вреден для всей тройки: "ветру", "желчи", "слизи"; этот продукт нельзя есть постоянно; прохладна и легка - вредит "ветру", прохладна - вредит "слизи", легка - вредит "желчи". РТ2 "тупость" помогает при "остроте" "желчи".							
			РТ2 Считается, что если есть много гречки – то «ветер» от этого увеличится (о качестве холодность). Но если гречку готовить с маслом, особенно с горчичным, то в этом случае, она вредить не будет.							
	сладкий, горький (АС2003)	холодное, легкое (АС2003)	АС2003 Черная (она уже поджаренная), большая и белая, более мелкая. По вкусам, свойствам и показаниям они совпадают. Польза: способствует заживлению ран; лечит болезни бекен-муг-по (темно-красную слизь); разрушает скраны крови (свернувшуюся кровь); твердые болезни брас; если делать сгущенный отвар из сочленений его стебля, он будет лечить храп, похмелье и несварение от плохого алкоголя. Тибетцы из-за темного цвета относятся к ней негативно.							
горох	сладкий, вязущий (ЧШ68)	холодный, легкий, обезжиренный (ЧШ68)	ЧШ 68 Завязывают отверстия сосудов, удаляют жар "слизи", вбирают масло после массажа, останавливают понос, помогают при болезнях крови, "желчи", при ожирении - общее для стручковых.							+
			ЧШгл.9 Горох... вызывают болезни "слизи"							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			ВО337 Собирает яд, который уже распространился по полым органам, вбирает в себя сгустки желчи, бывает полезным при брум и при ранениях							
			См. Стручковые.							
			РТ2 Горох будет способствовать усилению качества "ветра" "холодность".							
горох Долихос			ЧШ68 Помогает при кашле и отдышке, вызванных "слизью" и "ветром", при геморрое, камнях мочевого пузыря, порождает кровь и "желчь".							
			См. Стручковые.							
горох ма-ша			ЧШ68 Подавляет "ветер", накапливает "слизь", "желчь", семя и силу всех доша.	+	-	-				
			См. Стручковые.							
горох сырой/зеленый	сладкий (АС2001)	холодное (АС2001)	АС2001 Польза: плоды собирают воедино разлившийся яд; при болезни "желчи"; при ранах, язвах, опсинах; если сварить листья и ствол, то они будут лечить несварения, пробуждать аппетит, выгонять излишек жира из организма; опасность: холодные болезни, болезни "ветра" и "слизи".	-	+	-				
кукуруза	сладкий (АС2003)	холодное, легкое (АС2003)	АС2003 Польза: лечит отеки; при сложности с мочеиспусканием; разрушает болезни камешка (мочеполовой системы) и способствует его выведению.							
	сладко-терпкий (АС2001)	холодное (АС2001)	АС2001 Польза: лежит инфекционные жары, жар "желчи"; останавливает истечение маточных белей у женщин и семяистечение у мужчин; мочегонная; лечит болезни камушка; разрушает яды, отравления; полезна при запорах; опасность: немного вредит при холоде "слизи".		+	-				
кунжут белый и черный	сладкий (АК45)	утяжеляющее, умасливающее, согревающее (АК45) горячи, тяжелы (ЧШ68)	АК45 Побеждает рлунг, порождает в теле силы и тепло, приумножает семя и ткани тела, вызывает рост волос, выводит застрявший кал, проясняет память, разглаживает кожу, препятствует появлению седины. +ЧШ68	+	-	+				
			См. Стручковые.							
			ВО336 По цвету: белый и черный. Плоды кунжута лечат болезни полового члена, удаляют червей с кожи, лечат скраны матки, повышают потенцию.							
			РТ Кунжут при "слизи" помогает.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
лен	сладко-горький (АС2001, ЧШ68)	теплое (АС2001) маслянистое, мягкое (ЧШ68)	АС2001 Польза: лечит холод "ветра"; холодный "ветер"; ослабление полового влечения; отек (мука - кашлица - на отек), он быстро созревает в гной, потом через повреждение\вскрытие гной убирают; при сахарном диабете. Опасность: увеличивает желудочную "слизь" и "слизь" - жизненное начало. Опасны при заболеваниях "желчи". + АК81	+	-	-		+		
			ЧШ68 Хорошо подавляют болезни "ветра". +АК81 +РТ1							
		утяжеляющее и охлаждающее - 1 изд. согревающее - 2 изд. (АК81)	в "Энциклопедии лекарственного сырья..." Андрея Кособурова указана информация из двух китайских источников. Она имеет противоречивый характер.							
нут (турецкий или бараний горох)			РТ1 Полезен при болезнях "ветра", но вреден при болезнях "желчи", "слизи"; полезен для образования спермы и яйцеклетки.	+	-	-				
			см. Стручковые.							
овес	сладкий (ЧШ68)	прохладный, легкий (ЧШ68)	ЧШ68 Подавляет "слизь" и "желчь".		+	-			+	
			См. Колосистые							
			РТ1 Вреден для "слизи", но хорош для "желчи"; помогает похудеть, сушит лишнее. РТ2 Помогает при "холоде" "ветра".							
просо	сладкий (ЧШ68)	тяжелое, холодное (ЧШ68)	ЧШ68 Заживляет раны, укрепляет и заживляет трещины и переломы.		+	-				
			См. Колосистые.							
пшеница	сладкий (ЧШ68)	холодная, тяжелая, питательная ЧШ68), тупая, маслянистая	ЧШ68 Укрепляет тело и угнетает "ветер" и "желчь".	+	+	-	+	средне		
			См. Колосистые.							
			ВО337 Пшеница собирает яд, который успел распространиться по полым органам. А мука оказывается полезной при отеках ран.							
			РТ1 Помогает при "ветре" (тяжела) и "желчи" (прохладна); избыток - увеличивает вес; вредит "слизи", но не вредит "желчи" и "ветру". РТ2 Помогает при холоде "ветра".							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
		тупая, тяжелая (PT2)	PT" Пшеница, рис достаточно хорошо помогают при «лёгкости» «желчи». PT2 "тупость" помогает при "остроте" "желчи". PT2 Немного причиняют вред "слизи", т.к. имеет сладкий вкус и среди свойств есть "маслянистость". Средне помогает при при равном сочетании "ветра" и "слизи". PT2 Продукты из пшеничной муки будут вредить при "слизи", т.к. закупоривают сосуды и каналы.							
	сладкая (АС2003)	маслянистое, холодное, тяжелое (АС2003)	АС2003 Польза: помогает при расстройстве ро-ца (когда нет влечения, потенции); питательна для тела; разрушает болезни «ветра» и «желчи»; способствуют собиранию рассеявшегося отравления; лечит затвердевание мышечной ткани (АС: возможно спазмирование, а может затвердевание). Брага на закисшем зерне проросшей пшеницы полезна при болезни легких. Отвар из сочленений самого стебля будет лечить стенозы горла и шеи. Кашица местно будет полезна при отеках.							
			АС Белой муки в природе не существует. Это результат процесса очищения. Она отбелена и свойства изменились. Свойства, описанные выше, не относятся к белой муке.							
			PT2 Белый хлеб и любые другие продукты из пшеничной белой муки тоже при «слизи» вредят. По той причине, что они очень закупоривают сосуды и каналы. Что касается черного хлеба, то при «слизи» он особого вреда не причиняет. И каналы и сосуды особо не закупоривает.							
пшено		тяжелое, прохладное (PT1)	PT1 полезно для роста, помогает срывать сломанные кости, при избытке увеличивает вес; вредит "слизи", но не вредит "желчи" и "ветру".	+	+	-				
рис	сладкий (ЧШ68)	маслянист, мягок, прохладен, легок (ЧШ68), тупой (PT)	ЧШ68 Он сдерживает три доша, усиливает страсть, останавливает рвоту и понос + PT1	+	+	+ / -		срдне		
			См. Колосистые.							
			ВО336 Поджаренные зерна риса останавливают понос и рвоту.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			РТ2 Сырой рис - очень "тяжелый". Если его прокалить без масла - становится намного более "легким". Если после прокаливания он размалывается, то становится еще более "легким". О каше-см. раздел "Приготовленная пища".							
			РТ2 Рис достаточно хорошо помогает при «лёгкости» «желчи»...Помогает при "холоде" "ветра". РТ2 "тупость" помогает при "остроте" "желчи". Средне помогает при равном сочетании "ветра" и "слизи". РТ2 Круглый рис при "слизи" причиняет вред, т.к. закупоривает сосуды и каналы.							
			<i>А.С. Самый плохой – круглый рис, шлифованный и осахаренный. Пропаренный – тоже ничего хорошего, там ничего живого нет. Он забивает просветы каналов и порождает болезни сахарного диабета, в т.ч. сгущает кровь. Хороший – длинный рис. Лучший – бурый длинный, неочищенный. Во главу ставят рис дикий или басмати! Идеальным будет рис, который лежит от года и более. Чем дольше он лежит, тем легче переваривается.</i>							
			АС2001 Круглый рис. Когда шлифуют, убирают все ценное + сахарят. Опасность: при болезнях от сладости; загрязняет каналы и мешает гумору двигаться по каналам.							
СОЯ	сладкий (АС2001)	нейтральное (АС2001)	АС2001 Польза: увеличивает силу тканей тела; лечит "ветер", яды, отеки. Опасность: нет.							
			<i>АС У нас настоящей сои нет</i>							
	терпкий (РТ1)	прохлаждающая, тяжелая (РТ1)	РТ1 Если есть много, приведет к увеличению "слизи"; полезна для "желчи".							
чечевица	вяжущее-сладкий (ЧШ68)	тяжелая, маслянистая	ЧШ68 Лечат болезни ме-дбал, дрег, кожные болезни, порождает доша.	+						
			См. Стручковые.							
			ВО337 Полезна при геморрое и при ранениях.							
фасоль			РТ1 Полезна при "слизи" и "ветре", при затруднении дыхания, при кашле, выделении мокроты, при геморрое, при кистах яичников; при избыточном употреблении вредит "желчи" и крови.	+		+		+		

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
фасоль крупная плоская	терпко-сладкий (АС2001)	холодная (АС2001)	АС2001 Польза: болезни почек; очищает от забитости сосудов; очищает от жара; лечит диарею по типу жара; лечит болезни крови и "желчи"; далее возможно наружно, лечит кожные заболевания в виде гнойной сыпи и болезнь <i>миваль</i> , которая напоминает кожу после ожога, ошпаренную.		+	-				
фасоль мелкая	терпко-сладкий (АС2001)	маслянистая, нейтральная (АС2001)	АС2001 Польза: лечит болезни "ветра"; способствует увеличению семени; опасность: вредит болезням "слизи", болезням "желчи"; высушенный плод очень твердый и тяжелый по свойствам, поэтому тяжело переваривается.	+		-				
фасоль красная (цветок и плод)	сладкий (АС2003)	маслянистое, уравнивающее как холод, так и жар (АС2003)	АС2003 Польза: при жаре почек; возвращает функцию почек; возвращает тепло почек; при холодных и горячих заболеваниях почек.							
фасоль белая	сладкий (АС2003)	маслянистое, уравнивание холода с жаром (АС2003)	АС2003 Польза: при жаре почек; восстановление функции почек ( <i>действия белой и красной фасоли в этом источнике одинаковые</i> ) АС.: Тибетцы в лекарства используют только БЕЛУЮ фасоль.							
ячмень		тяжелый, прохладный	А.С. увеличивает кал.	+ \	+					
			РТ1 Помогает сохранять телесные силы. Если есть много , то увеличивает кал; вредит "слизи", но не вредит "желчи" и "ветру". Хорошо помогает при равном сочетании "ветра" и "слизи".	- \	-					
			ЧШ337 Жженный ячмень любого сорта полезен для ран, лечит <i>римс</i> . "Черный" ячмень полезен для ран. "Синий" ячмень помогает при жаре легких у детей и при кишечных коликах <i>ргйу-гзер</i> .							
ячмень <i>кхра-ма</i>	сладкий (ЧШ68)	холоден, легок, груб (ЧШ68)	ЧШ68 Вызывает аппетит.							
			См. Колосистые							
ячмень <i>нас</i>	сладкий (ЧШ68)	холоден, тяжел (ЧШ68)	ВО202 Образует много каловых масс, но зато лучше всех прочих зерен дает человеку силу. +ЧШ68.							
			См. Колосистые							
ячмень <i>со-ба</i>	сладкий (ЧШ68)	прохладен, легок (ЧШ68)	ЧШ68 Подавляет "слизь" и "желчь".		+	+				
Свежесобранные зерна "тяжелы" и вызывают Слизь (ЧШ 68, РТ)						-				
Созревшие и высушенные зерна становятся "легче", легче перевариваются (ЧШ 68)										

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
Сырые зерна в жареном и вареном виде становятся "легче" (ЧШ 68)						+				
Чем старше зерно, тем меньше вреда для "слизи" (РТ)										
Любой злак (прохладный и тяжелый) помогает при жаре "ветра"										
Любые старые зерна будут помогать при жаре "слизи". За счет "легкости" - "слизи", за счет "прохладности" - жару. Хорошо употреблять при сочетании всех трех доша. РТ2										
Маслянистые злаки обладают характеристиками тяжести и тепла; полезны для мужской силы и при болезнях "ветра" (РТ1)										
<b>МАСЛА, СЫР и ЖИРЫ</b>										
СЛИВОЧНЫЕ		жирные, маслянистые (РТ2)	РТ2 ... в тибетском языке сливочное масло называется «травяное масло», ... так потому что животные, когда они пасутся на пастбищах, они поедают траву..., хотя подразумевается сливочное. Всё это является «жирным» или «маслянистым». В целом это всё вредит «желчи», но среди всех разновидностей масла есть определённые, которые вредят «желчи» меньше. Во-первых – это козье масло, сливочное коровье масло. Они не очень большой вред причиняют. Потому что их природа «прохладная». И не смотря на то, что они являются маслянистыми, «желчи» они не очень сильно вредят. Бывает, что при болезнях «желчи» также сильно развит «ветер». При этом следует опираться на определённые масла, вот если при «желчи» нужно употреблять какие-то масла – это должны быть либо коровье, либо козье масло.							
	сладковатый (ЧШ 70)		ЧШ70 Они слабят, "притупляют", проникают, умащивают и увлажняют.							
			ЧШ70 Старикам и детям, ослабленным и утомленным, при истощении семени и крови, для прочищения кишечника, при душевном напряжении, т.е. в случаях, связанных с возбуждением "ветра", масло очень полезно.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
растительные		жирные, маслянистые (РТ2)	РТ2 Следующий вид масла – это масло из деревьев. Всё это является «жирным» или «маслянистым». В целом это всё вредит «желчи», но среди всех разновидностей масла есть определённые, которые вредят «желчи» меньше. Большая часть масел из зерновых для «желчи» причиняет вред. Среди древесных масел во первых – оливковое масло, во вторых масло <i>скйу-ру-ра</i> (эмблика лекарственная) особого вреда не причиняют. Потому, что оливковое масло по своей природе «прохладное», поэтому вреда причиняет меньше. Все другие виды масла при «желчи» причиняют вред. Бывает что при болезнях «желчи» также сильно развит «ветер». При этом следует опираться на определённые масла, вот если при «желчи» нужно употреблять какие-то масла – это должны быть, либо же оливковое масло, либо масло <i>скйу-ру-ра</i> (эмблика).							
			ЧШ 124 Диета при "ветре": ..., растительное масло. ЧШгл9 Растительное мало... - это условия для болезни "слизи".							
костный мозг и жир		жирные, маслянистые (РТ(?))	РТ (?) Затем масло, которым является костный мозг и жир. ..Всё это является «жирным» или «маслянистым». В целом это всё вредит «желчи», но среди всех разновидностей масла есть определённые, которые вредят «желчи» меньше. .. То, что касается коровьего жира и костного мозга, а также козьего жира и костного мозга, в больших количествах вред причиняют, в небольших вреда особо не причиняют. .. Бывает, что при болезнях «желчи» также сильно развит «ветер». При этом следует опираться на определённые масла, вот если при «желчи» нужно употреблять какие-то масла – это должны быть либо коровье, либо козье масло, соответственно, либо жир, либо костный мозг.							
	сладковатый (ЧШ70)	тяжелое, холодное	ЧШ70 Костный мозг угнетает "ветер", увеличивает силу, семя и "слизь".	+	-/0	-	+			
	сладковатый (ЧШ70)	тяжелое, холодное	ЧШ70 ЖИР лечит болезни костей, суставов, ожоги, болезни "ветра", болезни ушей, головы и матки.	+	-/0	-	+			
			ЧШ70 Они слабят, "притупляют", проникают, умащивают и увлажняют.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
<b>СЛИВОЧНЫЕ</b>										
коровье	сладковатый (ЧШ70)	тяжелое, холодное	ЧШ70 Холодит и угнетает жар "ветра". ЧШ70 Слабит, "притупляет", проникает, умягчает и увлажняет.	-	+	-	+	-/0		
			РТ Масло коровы хорошо при жаре "ветра". Только не топленое. РТ2 Вредит "маслянистости" и "прохладе" "слизи".							
		холодное (РТ2)	см. Сливочные и см. Сыры.							
козье	сладковатый (ЧШ70)	тяжелое, холодное	ЧШ70 Холодит и угнетает жар "ветра". ЧШ70. Слабит, "притупляет", проникает, умягчает и увлажняет.		+	-	+			
			РТ2 Вредит "маслянистости" и "прохладе" "слизи".							
		холодное (РТ2)	см. Сливочные и см. Сыры.							
коровье и козье прошлогоднее	сладковатый (ЧШ70)	легкое, теплое	удаляет холод ветра	+						
			РТ2 Состаренное коровье масло будет помогать от "ветра" лучше, чем обычное, будет помогать от "ветра" с жаром. При старении масло становится "тяжелее", но "теплее" не становится.							
ячье	сладковатый (ЧШ70)	теплое	ЧШ70. Подавляет "слизь" и "ветер", порождает огонь и тепло, изгоняет холод "ветра".	+	-	+		+		
			РТ2. Здесь ("слизи") будут помогать молоко самок яка, овечьё молоко, их кисломолочные продукты и разные другие. РТ2. Помогает при "холоде" "ветра".							
овечьё	сладковатый (ЧШ70)	теплое	ЧШ 70. Подавляет "слизь" и "ветер", порождает огонь и тепло, изгоняет холод ветра.	+	-	+		+		
			РТ2. Помогает при "холоде" "ветра". РТ2 Хоть и "маслянистое", но не вредит "слизи", т.к. по свойствам "теплое".							
кобылы	сладковатый (ЧШ70)	теплое	РТ2 Кобылиное масло, если принимать в небольших количествах, больше как лекарство, в этом случае помогает, если в больших количествах, то будет вредить "слизи".		-	+				
ортома	сладковатый (ЧШ70)	теплое	ЧШ 70. Равно холодит и согревает.							
<b>СЫРЫ</b>										
сыр коровий, козий		прохладный	старый, жирный при "слизи" "-"	-		-	+	-		
			РТ2 Если "ветер" в сочетании с "желчью", то коровьи и козьи продукты будут полезны. Если это "холодный ветер", "ветер", "ветер со слизью", то не помогает.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
<b>РАСТИТЕЛЬНЫЕ</b>										
		маслянистое (ЧШ124)	ЧШ124 Диета при "ветре": ..., растительное масло							
абрикосовой косточки			РТ2 Масло из абрикосовых косточек очень хорошо помогает от облысения и также помогает от «ветра». Если «ветер» сильный, съедать эти косточки тоже помогает хорошо.	+						
	горьковато-сладкий (АС2003)	нейтральное (АС2003)	АС2003 Использование масла из косточек: способствует росту волос, в т.ч. бороды, бровей. + ЧШ397.							
виноградной косточки			РТ2 От «ветра» помогает, а также при «желчи». При сухом кашле, болезни легких, которые связаны с «ветром». Еще до появления самой болезни, болезнь, связанная с сухим кашлем – помогает <i>кунье</i> с этим маслом.	+	+					
горчичное		<b>Есть сомнения в правильности и перевода</b>	ЧШ 70. Угнетает "ветер", порождает "слизь" и "желчь".	+	-	-	-	+	-	
			РТ2 Горчичное масло, так как оно «тёплое», при «слизи» особо не вредит. Достаточно помогает.							
	жгучий (АС2001, РТ2)	теплое	АС2001 Польза: лечит холодный "ветер" и "ветер" в легких. Опасно применять при борьбе "слизи" и "желчи"; вредит болезням жара и "желчи" крови и в принципе при жарах.							
			РТ2 Среди растительных масел особенно полезным будет горчичное масло (качеству холодность). Потому, что оно тёплое. Вкус у него жгучий. За счёт этого очень хорошо помогает от возбуждения «ветра» и в этом случае это лучшее из растительных масел.							
			РТ При жаре "ветра" отказаться от жгучих вкусов. При холодном "ветре" горчичное масло помогает.							
грецкого ореха	сладкий и терпкий (АС2003)	нейтральное, маслянистое (АС2003)	АС2003 Наружно при болезнях «ветра», при ограничении подвижности в суставах, сгибании/разгибании конечностей; при отеках и опуханиях; способствует росту волос; убирает седину.	+						
конопляное			РТ2 Помогает от "ветра".	+						
кукурузное		холодное	см. свойства кукурузы в разделе Зерно							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
кунжутное	сладковатый (ЧШ70)	горячее и острое (ЧШ70)	ЧШ70 Помогает истощенным набрать вес тела, а при полноте помогает сбавить вес, укрепляет тело, подавляет "слизь" и "ветер".	+	-	+	-	+		
		тяжелое, маслянистое, мягкое, горячее (ЧШ108)	ЧШ108 При болезнях "ветра". ЧШгл30 При болезнях "ветра" с сочетанием жара и холода является кунжутное масло.							
			РТ2 Кунжутное масло от «ветра» помогает, но больше помогает от «слизи». И любые ореховые масла от «ветра» тоже помогают. + РТ.							
льняное	сладко-горький (АС2001)	теплое (АС2001)	св-ва смотри в разделе Зерно	+	-		-			
			РТ2 будет помогать, но оно немного отличается от горчичного, оно обладает сладким вкусом. Будет помогать при «ветре», но не так хорошо, как горчичное.							
оливковое		холодное, маслянистое	РТ2 Усиливает характеристики холода "ветра". ..Из-за "прохладной" и "маслянистой" природы будет вредить "слизи".	-	0	-	0			
		холодное (АС2001)	АС2001 Зеленые - чистые, черные - оливки с добавлением железа.							
		холодное (РТ2)	см. Растительные							
подсолнечное	сладкий (АС2001)	теплое, тяжелое (АС2001)	АС2001 Лучше использовать нерафинированное; свойства масла аналогичные семечке, см. в разделе орехи/семечки	+	-	0	-			
			РТ2 Подсолнечное масло оно такое среднее. Если его принимать в больших количествах, тогда будет вредить, если немного, то особо не вредит. Потому что природа у него достаточно тёплая. Но подсолнечное масло причиняет вред сердцу.							
эмблики лекарственной		прохладное	РТ2 Большая часть кислых продуктов при "желчи" будет также причинять вред, исключением является то, что по-тибетски называется <i>скйу-ру-ра</i> (эмблика) и лимон.		0		0			
		прохладное (РТ?)	см. Растительные							
тыквенных семечек		чуть теплое (АС2001)	АС2001 Польза при наружном применении: убирает на лице пигментные пятна, мелкие ранки, делает кожу мягкой и эластичной.							
<i>Ореховое мало (любое) масло помогает от "ветра". РТ2</i>				+						

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
<b>КОСТНЫЙ МОЗГ И ЖИРЫ</b>										
барана костн.мозг	сладковатый (ЧШ70)		ЧШ 88 Бараний мозг лечит головокружение, рябь в глазах.	+		+				
			РТ2 Хоть и "маслянистое", но не вредит "слизи", т.к. по свойствам "теплое".							
КОЗЫ КОСТН.МОЗГ	сладковатый (ЧШ70)		ЧШ 88. Козий мозг лечит разрывы сухожилий и жил.			-				
			см. Костный мозг и жир							
			РТ2 Вредит "маслянистости" и "прохладе" "слизи".							
коровы костн.мозг	сладковатый (ЧШ70)		см. Костный мозг и жир			-				
			РТ2 Вредит "маслянистости" и "прохладе" "слизи".							
свиньи костн.мозг			АК164 Помогает при выпадении волос на голове и бровях.							
яка костн.мозг			АК174 Заживляет раны и ликвидирует кожных червей.	+	-	+				
барана жир	сладковатый (ЧШ70)		РТ2 Жир "теплый", поэтому помогает при "слизи".			0				
сурка жир	сладковатый (ЧШ70)		РТ2 В малых дозах, как лекарство для "слизи".			+				
свиньи жир	сладковатый (ЧШ70)		ЧШ88 Свиной жир вбирает яды, удаляет гнойную корку с ран.							
			ВО314 Собирает яды, рассеявшиеся по всему телу; лечит мелкие мокнущие кожные высыпания, вызывает рост волос на лысине.							
человека жир			АК171 Жир побеждает болезни <i>рлунг</i> и лечит кожные болезни <i>шу-тхор</i> . Заменяют медвежьим жиром.	+						
яка жир	сладковатый (ЧШ70)		РТ2 Жир "теплый", поэтому помогает при "слизи".			+				
<i>Свежее масло "холодит", увеличивает страсть, цвет и силу, подавляет болезни с жаром "желчи" .(ЧШ 70)</i>					+		+			
<i>Старое масло (сливочное годовое) помогает при слабоумии, обмороке, потере памяти, залечивает раны. (ЧШ70)</i>				+			-			
<i>Топленое масло придает уму остроту, а памяти ясность, порождает тепло и силу, удлинит жизнь. Это лучшее из масел, годное на тысячу дел. (ЧШ70) Считается, что топл.масло полезно при "ветре", но нужно быть осторожным., поскольку оно вредно для "желчи". Если конституция чистый "ветер" и тело ослаблено, то топленое масло будет для него тяжело. В таком случае применение не поможет "ветру" и возбудит "желчь". Если проблем с "желчью" нет, то можно добавлять его в пищу изредка и понемногу. РТ1 Топленое очищенное масло полезнее при "ветре", чем обычное. РТ2.</i>					0		+ \ 0			

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
Свежесбитое масло, пенки, сыр и прочее - пробуждают аппетит, изгоняют высохший кал и "слизь". (ЧШ 70)										
Прогорклое масло подавляет "слизь" и "ветер", порождает огонь и тепло (ЧШ 70)										
<b>ЗЕЛЕНЬ И ОВОЩИ</b>										
горчицы листья	жгучий (АС2001)	теплое (АС2001)	АС2001 Польза: лечит холодный "ветер" и "ветер" легких; опасность: при борьбе и вражде "слизи" и "желчи"; вредит болезни жара и "желчи" крови и, в принципе, при жарах.		-	-				
гороха листья свежие молодые			ЧШгл16 Выравнивают жар и холод.							
гороха листья через день после сбора			ЧШгл16 Возбуждают "ветер" и "слизь".	-		-				
горох			РТ2 Будет способствовать усилению качества "ветра" "холодность".							
кинза			РТ1 полезна при "слизи", при болезнях желудка.			+				
крапива двудомная	сладко-жгучий (АС2001)	теплое (АС2001)	АС2001 В лекарствах - семя, в пищу - листья (только свежие по весне). Польза: порождает тепло, способствует перевариванию пищи, устраняет несварения, лечит болезни "ветра" и жар "ветра". !!! По крапиве много несоответствий, возможно разные виды, разные части растения (АС). Опасность: болезни "слизи" и "желчи", при повышенном давлении, при болезнях жара.							
крапива			ВО322 Стебель и листья усиливают огонь желудка, подавляют "ветер", изгоняют из тела застарелый жар. (ДП) Плоды крапивы способствуют перевариванию зелени и пряных растений.							
крапива светло-зеленая (заменитель - крапива двудомная)	сладкий, жгучий и горький (АК82)	согревающее, умасливающее (АК82)	АК82 Побеждает болезни рлунг, порождает огненную теплоту в желудке и телесное тепло, помогает при застарелом жаре, при болезнях холода и т.п., однако возбуждает болезни бад-кан, мххрис и крови; ... восстанавливает ткани тела, лечит застарелый жар в сопровождении рлунг.							
лук	жгучий (ЧШ71)	тяжелое, маслянистое, мягкое, горячее (ЧШ108)	ЧШ71. Вызывает сон и аппетит, подавляет "слизь" и "ветер". ЧШ90. Излечивает болезни, вызванные сочетанием "слизи" и "ветра".	+	-	+	-	+		
			ЧШ 108 Лук - при болезнях "ветра" +ЧШ124							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			ВО336 Он изгоняет червей, лечит болезни <i>чху-сер</i> и женские болезни.							
			РТ1 Чеснок и лук полезны при холоде "слизи"; если добавлять в пищу много, то они увеличивают сон; помогают пищеварению. РТ2 } лук, чеснок и пряные овощи, которые обладают сильным запахом - это продукты с "острыми" свойствами. Это «желчи» очень вредит.							
			РТ2 Чеснок и лук помогают от «ветра» и от паразитов, тут не про жар речь. Простуда часто возникает от бактерий. И так, как у чеснока и лука сильный запах, он помогает от бактерий, и прижимает «ветер». Простуда вызывается «ветром», он вытягивает за собой. Например, когда надвигается ливень, сначала поднимается ветер. Если «ветер» перед простудой прижимается и угнетается, то когда простуда проявляется, то она проявляется в кашле и других симптомах без жара.							
лук-батун (дудчатый, татарка)	жгучий (АК77)	утяжеляющее, охлаждающее (АК77)	АК77 Усиливает огненную теплоту желудка, улучшает переваривание пищи, повышает аппетит, удлиняет сон, побеждает бад-кан и рлунг, лечит бам и болезни из-за демонов.							
латук	горький (ЧШ71)		ЧШ84 Лечит сотрясение мозга и жар от яда.		+					
одуванчик черный	горький (ЧШ71)		дает тепло и останавливает понос		+	-				
			РТ2 Одуванчики при «желчи» помогают очень хорошо. Свежие листья одуванчика, если сорвать молодые листья, промыть хорошо в воде, и, если добавить масло, например масло <i>скйу-ру-ра</i> или оливковое, либо топленое, очищенное коровье масло, прожарить в них, потом высушить, чтобы они были хрустящими, когда их ешь. Если такие есть с другой пищей, то будет очень хорошо помогать при "желчи". РТ2 Просто "слизи" одуванчики будут вредить.							
			РТ2 листья помогают при болезни «мутной слизи», которая называется <i>бад-кан-смугло</i> , стебли одуванчиков – они полые сами по себе, и хорошо помогают при закупорке сосудов или каналов. Помогают чтобы это вскрывать.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			РТ2 Если молодой одуванчик, можно есть такой. Если одуванчик молодой, то можно даже цветок есть. Но, если вы едите вместе с цветком, стебель можно есть, цветок можно есть, но зелёную чашечку цветка есть нельзя, потому что считается, что весь яд цветка собирается в этой чашечке!							
	горько-сладкий (АС2001)	холодное (АС2001)	АС2001 Польза: лечит старый жар; инфекционные заразные и вирусные жары; интоксикационные отравления (жар от яда), увеличение желчи и крови; а так же при <i>бекен-муз-по</i> (сочетанный тип заболеваний).Вредит: при отклонении в ЖКТ, при слабости пищеварения							
			АС2003 Вкус и свойства - совпадают с источником 2001. Полезные действия другие. <i>Бекен-муз-по</i> – совпадает. Старый жар, ввевшийся в кости. Жар «желчи», жар отравлений; жар специфических отравлений (тяжелые составные яды)							
пажитник			см. Приправы. В т.ч. Используются и молодые побеги							
петрушка			РТ1 полезна при болезнях жара сердца, ветре сердца.	+	+	-	+			
просвирник			дает тепло и останавливает понос							
ревень листья и корень			ЧШ71. Изгоняют "слизь", вызывают аппетит.			+				
салата листья	горько-сладкий (АС2001)	прохладное (АС2001)	АС2001 Польза: очищает просветы каналов; лечит кровь, как ткань тела; увеличивает количество молока у женщин; способствует выводу мочи и кала (при задержке мочи и при запорах). Вреда нет.							
сельдерей			РТ1 полезен для "желчи", но вреден для "слизи".		+	-				
	жгучий, сладкий (АС2001)	холодное (АС2001)	АС2001 Польза: лечит болезни легких и жара; лечит сухость во рту и похмелье; пробуждает аппетит; останавливает рвоту из-за катара, жара желудка; (вероятно) благоприятно при повышенном давлении; останавливает кровь в моче (закрывает ранки); способствует выведению мочи. Вредит: при холодных болезнях «слизи»; при низком давлении.							
спаржа			<i>А.С.2001 В России нет спаржи, это какой-то соевый продукт !!!</i>							
			ЧШ 86 Продлевает жизнь, лечит чху-сер.							
укроп			РТ1 полезен при болезнях "слизи", при "ветре".	+	-	+				

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В	
цикорий	горько-сладкий (АС2001)	холодное (АС2001)	АС2001 Не исключено, что корень цикория и корень одуванчика равнозначны по свойствам. Польза: лечит старый жар; инфекционные заразные и вирусные жары; интоксикационные отравления (жар от яда), распространение, нарушение и увеличение желчи и крови; а так же при <i>бекен-муг-по</i> (сочетанный тип заболеваний). Вредит при отклонении в ЖКТ - при слабости пищеварения желудка. <i>Точно не стоит употреблять ежедневно.</i>		+	-			+	+	
чеснок	жгучий (ЧШ71)	тяжелый, холодный (ЧШ71), острый (РТ2)	ЧШ 71. Изгоняет глисты, жар и "ветер". 89. Излечивает болезни, вызванные "ветром" и "желчью". 90 Излечивает болезни, вызванные сочетанием "слизи" и "ветра". 90 Против болезней, вызванных червями.	+	-						
		тяжелое, маслянистое, мягкое, горячее (ЧШ108 + ЧШ124)	ЧШ 108 Чеснок - при болезнях "ветра" + ЧШ124.								
			РТ1 чеснок и лук полезны при холоде "слизи"; если добавлять в пищу много, то они увеличивают сон; помогают пищеварению; чеснок полезен при "ветре" и жаре.								
			РТ2 лук, чеснок и пряные овощи, которые обладают сильным запахом - это продукты с "острыми" свойствами. Это «желчи» очень вредит.								
			ВО336 При болезнях "ветра", болезнях ушей, отравлениях, <i>мдзе</i> , защищают от демонов <i>стенг-гдонг</i> .								
	жгучий, сладкий (АК37)	согревающее заостряющее утяжеляющее (АК37)	АК37 Чеснок посевной помогает при всех болезнях <i>рлунг</i> , при бессоннице, при потере аппетита, при истощении огненной теплоты желудка, при болезни <i>мдзэ</i> , при <i>чху-сер</i> , при <i>ша-бкра</i> , при облысении, при геморрое, при <i>чхам-па</i> .								
	чеснок горный		тяжелый (ЧШ71)	ЧШ71. Трудно переваривается, но улучшает аппетит.							
				ЧШ86 Изгоняет жар, вызванный ядами, жар полых органов и "слизи". Изгоняет <i>гнйан</i> и сушит раны.							
черемша (колоказия)	жгучий (АС2001)	теплая, тяжелая (АС2001)	АС2001 Польза: повышает огненное тепло желудка; способствует пищеварению; укрощает болезни рака; лечит отеки лимфатических узлов; полезна при запорах и задержках мочи; опасность: вредит при диарее.								

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			AK53 В бурятской традиции заменяет Аризему кроваво-красную или желтую: любая часть убивает червей, лечит внедрение <i>рлунг</i> в желудок, усиливает огненную теплоту желудка, побеждает опухания, умиряет <i>брас</i> , отторгает шрамы...							
шпинат	сладкий (AC2001)	холодное (AC2001)	AC2001 Польза: увеличивает силу печени и восстанавливает ее функции; лечит кровь, как ткань тела; лечит сухость во рту, чувство жара; способствует пищеварению; помогает при запорах; полезен при геморрое; при жаре ран, появляющихся во рту, на языке (жевать) и на коже (прикладывать). Способствует рождению детей! Abortивный! Беременным нельзя!!!	-	+	-				
щавель			ЧШ 90 Щавель кисловатый - слабительное действие. ЧШ85 Очищает <i>чху-сер</i> при <i>дму-чху</i> .							
	сладкий (BO302)		BO302 Щавель обыкновенный - все раны он лечит наверняка.							
			BO327 Щавель курчавый растет в садах и огородах... справляется с ранами, отравлениями и нарывами. Он лечит жар костей, полезен при ранениях.							
<i>пожухлая зелень</i>						-				
баклажаны	сладкий (AC2001)	холодные (AC2001)	AC2001 Польза: лечит жар крови, кровянистые язвы внутри тонкого и толстого кишечника; лечит заболевания женской груди <i>сэр-ка</i> ; лечит болезни кожи, связанные с зудом; очищает от задержки мочи; при повышенном давлении. Опасность: при продолжительной диарее, при ослаблении огненной силы теплоты (переваривание пищи).		+	-				
кабачки	сладкий и горький (AC2001)	немного холодный (AC2001)	AC2001 Польза: увеличивает силу ткани и тела; увеличивает материнское молоко; лечит трескающийся сосок ( <i>сэрка</i> ); лечит гнойные образования; дальше под вопросом: либо лечит личинки червей, либо лечит детей от червей. Опасность: нет.							
капуста	сладкий (PT2)	тяжелая (PT2)	PT2 На «ветер» она воздействует средне. Лучше помогает при «желчи» (не то, чтобы очень хорошо помогает, но во всяком случае никак не вредит). «Слизи» вредит, потому что она очень сладкая. PT2 Будет помогать свойству "легкость" "желчи" за счет "тяжести" (сладкий вкус).	+/ -	+	-	+	-		

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			РТ2 При "слизи" вредит качеству прохлады.							
			РТ При холодном "ветре" капусту исключить. При "слизи" будет вредить из-за сладости.							
капуста белокочанная	сладкий (АС2001)	холодная (АС2001)	АС2001 Польза: лечит острые боли, урчание и вздутие ( <i>здесь явно нестыковка с нами</i> ), усиливает сонливость; лечит болезнь <i>бекен-муг-по</i> (капустный сок, наряду с соком картошки, используется при лечении язвы желудка); полезно при "ветре" в сердце и является продуктом, предотвращающим появление онкологического процесса.							
капуста цветная	сладкий (АС2001)	холодная (АС2001)	АС2001 Польза: порождает силу крови и ткани тела; лечит воспалительные процессы, болезни "ветра"; предотвращает появление избыточного веса; профилактика онкологии. Опасность: холод "слизи"; болезни <i>дрег</i> (подагра, корка грязи) и <i>грум бу</i> (возможно артриты). Вредит как <i>чху-сер</i> , так и крови.	+	+	-				
	сладкий (АС2001)	прохладное (АС2001)	АС2001 Польза: лечит ткани тела и кровь; разрушает воспалительные процессы; лечит болезни «ветра»; защищает организм от появления избыточной массы; препятствует возникновению онкологических процессов. Вредит при суставных болезнях: при подагре, при ревматизме, при болезнях холода "слизи".							
капуста брокколи	сладкий, немного соленый (АС2001)	прохладное (АС2001)	АС2001 Польза: лечит ткани, физические силы тела, кровь; разжижает кровь (один из трех продуктов); лечит инфекционный жар и воспаления; убивает червей; увеличивает способность пищеварения; полезно при сахарном диабете, а так же является профилактикой онкологических процессов. Вредит при холоде "слизи" (видимо при хронических заболеваниях). При заболевании "слизи" желудка возможно допустимо употреблять, т.к. увеличивает способность к пищеварению.			-				
капуста кольраби	сладкий (АС2001)	прохладное (АС2001)	АС2001 Польза: лечит и восстанавливает силу тела и силу тканей тела; лечит жар инфекций; заживляет раны; укрепляет сосуды; профилактика запоров и онкологических опухолей. Вредит: при холоде «слизи» (при тяжелых хронических заболеваниях).			-				

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
капуста пекинская	сладкий (АС2001)	прохладное (АС2001)	АС2001 Польза: лечит жары простудные, вирусные, а так же кашель; лечит осиплость голоса, препятствия в горле – или ангина (возможно, как отек) или стеноз пищевода; кровотечение; испорченные язвы в тонком и толстом кишечнике, язвы желудка; профилактика онкологии. Вредит при "ветре" легких и "ветре" селезенки. Вредит при диарее, при сильных болях в желудке.							
капуста морская	солончатый (АС2001)	нейтральная (АС2001)	АС2001 Настоящая морская капуста, напр. камчатская, сильно отличается от тех, что в консервных банках, именно ее стоит сушить или солить. Польза: при заболевании щитовидной железы (йодосодержащая); расплавляет избыточное мясо; лечит болезни горла инфекционного характера, сложности при глотании, отеки, профилактика гниения зубов. Вредит при слабой огненной теплоте, при физическом истощении.							
картофель (батат)	сладкий (АС2001)	холодный (АС2001)	АС2001 Польза: помогает при болях в желудке и при темно-красной "слизи" (вероятно язва: сырая картошка и сок картошки); останавливает тошноту; лечит запор; в сыром виде, порезанный дольками, прикладывается к коже при кожных заболеваниях или к суставам, при воспалении суставов), кашица лечит отек суставов. Вредит при холоде "слизи", при заболеваниях ЖКТ и мочеполовой по типу холода (камни почек, опущение почек и т.д.) Увеличивает жир и мышечную ткань. Способствует болезням легочной системы, в частности одышке, бронхиальной астме (по причине "слизи"). при ослаблении полового влечения и все, что связано с болезнями от сладости (от сахара, т.к. карт. сладкая и крахмалистая).		+	-	+	-	+	+
			РТ2 При "слизи" вредит качеству прохлады.							
		тяжелый (РТ2)	РТ При холодном "ветре" картошку исключить. При "желчи" жаренная картошка тоже будет вредить. При "слизи" будет вредить из-за сладости. РТ2 Будет помогать свойству "легкость" "желчи" за счет "тяжести" (сладкий вкус).							
картофель молодой		легкий (РТ2)	РТ2 Пока картофель молодой, не лежавший, он "легкий" и помогает при "слизи".			+				
картофель старый				-	+	-				

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			РТ2 картофель, капуста, морковь помогают при «желчи» (при «лёгкости» «желчи») ....Будет способствовать усилению качества "ветра" холодность".							
морковь	сладкий (АС2001)	нейтральная (АС2001)	АС2001 Польза: лечит кровь; увеличивает количество крови, как ткани тела; увеличивает силу печени; лечит жар, отравления; проясняет глаза при "куриной слепоте"; смягчает грубую кожу; лечит запоры; предотвращает проявление болезни брас (вероятнее опухоли гнойные), профилактика онкологии. Опасность: сильно вредит при ослаблении теплоты желудка. Особенно у кого холодные болезни желудка.		+	-				
			РТ При "слизи" будет вредить из-за сладости.							
			РТ2 Будет помогать свойству "легкость" "желчи" за счет "тяжести" (сладкий вкус).							
морковь молодая		легкая	немного помогает "ветру" и "слизи".			+				
морковь старая		тяжелая			+					
огурцы	сладкий, терпкий (АС2001)	холодный (АС2001)	АС2001 Польза: при жаре; при жажде; гонит мочу; останавливает диарею из-за жара; снижает повышенное давление, при бекен-смуз-по (смеси "слизи" и крови); в сыром виде, нарезанный поперек и приложенный к лицу, разглаживает морщины, убирает сыпь (явно из европейской). Если приложить к ожогам, то смягчит кожу, лечит ожоги. Опасность: снижает огненное тепло желудка. Нельзя употреблять: при холоде почек, при диарее по типу холода. Р.Т.: помидоры и огурцы, которые едят с семечками, способствуют камнеобразованию в почках.			+	-			
оливки		холодные (АС2001)	АС2001 Зеленые - чистые, а черные - это оливки с добавлением железа.		0					
помидоры	сладкий, кислый (АС2001)	холодный (АС2001)	АС2001 Польза: лечит болезни крови, успокаивает жары, лечит жажду, лечит кровяные раны (предположительно открытые раны, останавливая кровь), переваривает непереваренное, дает ясность глазам, приносит пользу при повышенном давлении Опасность: в сыром виде вредит болезням кожи, чху-сер, головным болезням. В тепловой обработке вредит болезням жара крови и "желчи" . См. комментарий РТ огурцы.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
перец "болгарский"	немного сладкий (АС2001)	холодное (АС2001)	АС2001 Польза: при геморрое, очищает от глистов; разрушает болезнь дзе (скорее всего это черный чху-сэр, болезни лимфы по типу жара) и отеки ор (при чху-сэр); профилактика скран (опухоли); опасность: тяжело переваривается, опасен при болезнях поясницы: при холоде почек!							
редька	сочетание сладкого и горького (РТ2)		ЧШ 648 Лучшее средство при отравлении мясным ядом.							
			ВО334 Это исключительное лекарство, которое излечивает болезнь ма-жу. Сок редьки закапывают в уши, это помогает при болезнях ушей и головы. Золу жженой редьки дают при запоре. Семена редьки справляются с холодом желудка и почек, помогают при травмах толстой кишки, селезенки и болезнях головы.							
редька молодая		легкая, горячая (ЧШ71)	ЧШ71Вызывает тепло и огонь.			+				
		легкая (РТ2)	РТ Молодая редька, не перезревшая, не лежавшая, "легкая" и помогает при "слизи".							
редька старая		тяжелая, холодная (ЧШ71)	ЧШ71. Умножает "слизь".			-				
редис	сладко- жгучий (АС2001)	теплое (АС2001)	АС2001 Польза: порождает огненное тепло, способствует пищеварению; выгоняют мокроту; лечит болезни шеи и глотки, в т.ч. охриплости голоса; полезен при ранах и язвах, при болезнях "ветра"; является профилактическим при простудах и при болезнях скран (образование твердого характера), при отдышке, при заболевании бам (есть вопросы, в данном случае при гниении ноги(?) при звездочках и варикозном расширении вен), останавливает понос. Вредит при жаре крови и "желчи", в сыром виде обжигает рот.	+	-	+	-	+		
редис молодой		легкий	немного помогает "ветру" и "слизи"	+	-	+				

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
репа	жгучая, сладкая (АС2001)	теплая (АС2001)	АС2001 Желтую репу тибетцы называют русской. Помогает: лечение старости; останавливает отравления и не дает ядам проникнуть в ткани тела; тот яд, который уже попал, собирает и убирает; лечит отеки и припухлости; болезни "ветра". Уменьшает увеличившийся жир и "слизь". Это абсорбент. Печеная репа-канта из репы. Можно всем. Опасность: вредит болезням "желчи" и диарее.	+	-	+		+		
			ЧШ71 Репа похожа на редьку, но вдобавок оберегает от яда. ЧШ648 При отравлении.							
			ВО335 Плоды и семена лечат все отравления, в частности, когда яд закупоривает глотку.							
свекла	сладкий (АС2001)	холодная (АС2001)	АС2001 Польза: увеличивает кровь, как ткань тела; лечит жар "желчи" и жар в принципе; антидот, разрушает отравления; останавливает диарею из-за жара; лечит кожу - водянистые пузыри на коже и распространяющуюся сыпь (в данном случае, возможно, наружно. Останавливает рвоту кровью и кровоточащие раны. Опасность: при ослабленном огненном тепле желудка. Вредит диарее по типу холода, болезням по типу холода.	-	+	-	+	-		
			РТ При "слизи" будет вредить из-за сладости.							
тыква	сладкая (АС2001)	чуть теплая (АС2001)	АС2001 Польза: лечит кашель с мокротой, а так же учащенное дыхание (отдышку); разрушает гнойные и водяные отеки; лечит болезни глистов и геморрой; профилактика онкологических заболеваний; улучшает функции почек и печени; вредит слабой огненной теплоте, при чувстве переполненности в грудной клетке.							
			ЧШ84, 90. Останавливает все поносы, вызванные как жаром, так и холодом.							
			ВО270 Тыква-горлянка. На вкус кисловатая. Лечит раны и болезни легких. Эгле мармеладное полезно при послеродовой горячке, при изъязвлении кожных высыпаний, при кори, скарлатине.							
Из овощей – большая часть тех овощей, которые считаются сладкими будут помогать от сочетания «ветра» и «желчи». От «ветра» помогают за счёт того, что они «тяжёлые», а от «желчи» за счёт того, что они «прохладные». При этом "слизи" они будут вредить. РТ2										

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
Помидоры и огурцы, которые едят с семечкой, способствуют камнеобразованию в почках. РТ (вебинар А.С.)										
Сырые овощи относятся к "грубым" продуктам, соответственно усиливают характеристику "ветра" "грубость". РТ2				-						
Овощи приготовленные - см. в разделе "Приготовленная пища"										
Свежие молодые овощи будут помогать при сочетании "желчи" и "слизи". РТ2										
Овощи лежалые и старые становятся более «холодными». РТ2										
Капуста и те овощи, которые являются сладкими, причиняют вред РТ2										

## ФРУКТЫ И ЯГОДЫ

абрикос	горьковато-сладкий (АС2003)	нейтральное (АС2003)	АС2003 Использование масла из косточек: способствует росту волос, в т.ч. бороды, бровей. Зола (косточки и плода, сожженную без доступа кислорода, видимо) – наружное применение: лечит раны, язвы; сушит сукровицу, чху-сер. Цветок – полезен при запорах. Про фрукт данных нет.							
айва			ЧШ 82,89 Подавляет жар "слизи". ЧШгл19. Относится к разряду кислых лекарств.							+
	кисловато-сладкий (ВО252)		ВО252 Это настоящий эликсир при болезнях уха... Лечит болезни "слизи" и жар.							
бананы	сладкий (РТ)	тупой, прохладный	от ветра с жаром		+	-	+			
			РТ При "слизи" будет вредить из-за сладости. РТ2 Прохладный..., поэтому помогает от жара "желчи".							
			РТ2 Сладкий будет помогать при "ветре". РТ2 "тупость" помогает при "остроте" "желчи"... Будет вредить "слизи", т.к. мы их съедаем уже старыми.							
виноград				+	+	-				
	сладкий (ЧШгл19)		ЧШ 82 Виноград лечит болезни легких, удаляет жар. ЧШгл19 Относится к разряду лекарств сладкого вкуса.							
	сладкий, кисло-сладкий (РТ2)	прохладный (РТ2)	РТ2 бананы, виноград и подобные сладкие, они по природе являются «прохладными»...поэтому помогают от жара «желчи»....Сладкий и кисло-сладкий будет помогать при "ветре".							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
гранат			ЧШ 82 Семена граната лечат все болезни желудка. + ЧШ648. ЧШгл20 Семена гранта подавляют холод "слизи". ЧШгл5 Подавляет жар "слизи". ЧШгл21 Гранатник относится к группе лекарств от жара "слизи".	- +\	-	+		+	+	
	кисло-сладкие (ВО252)	маслянистые (ВО252)	ВО252 Это лучшее средство для образования тепла в желудке. Лечит все болезни желудка, побеждает болезни холода "ветра".							
			РТ2 Гранат - не так, чтобы сильно помогал при "ветре".							
	кислый и сладкий (АК96)	согревающее умасливающее (АК96)	АК97 Гранат или гранатник обыкновенный помогает при ослаблении огненной теплоты желудка, при потере аппетита, при несварении пищи, при различных болезнях холода..., лечит разные болезни желудка, побеждает все без остатка болезни холодного бад-кан, останавливает холодный понос, является лучшим лекарством от болезней холода.							
груши	сладкий (РТ)		РТ При жаре "желчи" употреблять пищу, прохладную по свойствам. Сладкий вкус: ... груша.		+	-	+			
грейпфрут	скорее кислые, чем горькие (РТ2)		РТ2 Что касается грейпфрутов, то они скорее кислые, чем горькие, поэтому при «желчи» они особо помогать не будут.		0					
жимолость	сладкий (АК62)	охлаждающее, огрубляющее, облегающее (АК62)	АК62 Помогает при внедрении жара в сердце, при женских болезнях и т.п.		+					
земляника лесная	слегка сладкий и горький (АК70)	согревающее, дестабилизирующее и притупляющее (АК70)	АК 70 Речь идет о всей наземной части растения, в т.ч. и вкус с действиями... Сушит гной, кровь и чху-сер во внутренностях, лечит болезни легких, выводит мокроту, помогает при болезнях бад-кан и мххрис, при болезнях конечностей, белых каналов и т.п.		+	+			+	
КИВИ	кисло-сладкий (РТ2)		РТ2 За счёт того, что вкус кислый и сладкий, будет очень хорошо очищать кровь.							
ЛИМОН	кислый (РТ2)	грубый, не очень острый (РТ2)	РТ2 Большая часть кислых продуктов при "желчи" будет также причинять вред, исключением является то, что по-тибетски называется <i>скйу-ру-ра</i> (эмблика) и лимон.		0					
малина			РТ 2 Малина помогает особенно, если «ветер» связан с жаром. Если вкус кисло-сладкий будет помогать от холодного «ветра».	+	+		+			

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			ЧШ 89 Относится к группе лекарств, излечивающих болезни, вызванные "ветром" и "желчью".							
	сладко-кисло-терпкий вкус (АС2003)		А.С.: Тибетцы едят о стебле. Действие общее, значит и ягоды имеют те же свойства. Собираются разные части малины: листья, ягоды, стебли. Ежевика у них тоже малина. АС2003 Польза: лечит жар ветра; лечит незрелый жар (= у нас начальная стадия простудного заболевания); жар инфекционный (заразный); лечит заболевания легких; жар простудный, чам-па; Плоды уваренные, упаренные до состояния кан-та, лечат болезни легких и являются чуд-леном (наиболее питательный продукт). Нельзя в заменителях опираться только на вкус, это опасно. Надо учитывать свойства. Арура не равно Малина.							
	сладкий, горький, жгучий (АК25)	утяжеляющее, охлаждающее, умасливающее (АК25)	АК25. Здесь речь о стеблях, лишенных кожуры, в т.ч. вкус и действие... Помогает при болезнях сочетания жара и рлунг, при жаре римс, при незрелом жаре римс, при различных болезнях легких, при жаре кхругс, при жаре чхам...лечит сочетание трех нейс-па, а особенно сочетание рлунг и жара - в частности, присоединение рлунг к жарам римс, доводит до созревания и разрушает незрелый жар, помогает при болезнях бад-кан-скйа-бо и при всех болезнях легких - при падении в легкие жара чхам.							
манго	сладкий, кислый, терпкий (АС2003)	теплое (АС2003)	А.С.: у нас он незрелый и неизвестно, как меняются свойства. Польза. Лечит потерю тепла почек, все болезни почек при потере силы почек и их тепла. А.С.: видимо это о косточке. Мякоть обладает другими свойствами. Читай ЧШ.							
			ЧШ83. Лечит болезни почек. Целебен при болезнях желудка, бадкан смуг-по и бадкан сер-по.							
			РТ2 Будет вредить "слизи", т.к. мы их съедаем уже старыми.							
	кисло-сладкий (ВО261)		ВО261 Манго индийское лечит болезни почек.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
облепиха	кисло-терпкий (АС2003)	острое, легкое, грубое, холодное (АС2003)	АС2003 Польза: очищает от забитости бронхи, трахею; все, что связано с забитостью «слизью» легких. Плавит кровь, способствует кровообращению. Разбивает все, что связано со сворачиванием, с загустеванием, с комками, с жиром, с жирком; профилактика тромбозов. + читайте в ЧШ.			+			+	
			ЧШ82 Изгоняет мокроту из легких, плавит кровь, подавляет "слизь". 89 Излечивает болезни легких. 90. Излечивает жар "слизи".							
			ВО252 Из облепихи готовят сладкие препараты, которые останавливают кровотечение при распаде легких и лечат болезни "слизи".							
смородина красная	сладко-терпкий (АС2003)	нейтральное (АС2003)	АС2003 А.С.: <i>Очень похожа, видимо ее дикая разновидность.</i> Польза. Лечит жар при отравлении, от пищевых ядов. При жаре печени и жаре желчного пузыря. При заразном жаре (начальная стадия простуды) по которому присоединился «ветер». А.С.: <i>Мы чаще используем, как витаминный источник.</i>		+					
хурма			ВО262 Лечит бадкан сер-по и бадкан смуг-по. Кожура хурмы полезна при жаре "ветра" и крови, особенно хороша против демонов, вызывающих безумие.			+	+		+	
яблоки			РТ2 Сладкие и кисло-сладкие будут помогать при "ветре".	+	+					
	сладкий, немного кислый (АС2003)	холодное, легкое (АС2003)	АС2003 У нас могут быть и терпкие, и горьковатые и др., но здесь рассматриваются именно эти. Польза: лечит жар, распространившийся в полых органах; лечит острые боли; пробуждает аппетит; лечит кровь, как ткань тела (возможно это для изображенного красного яблока), послабляет, лечит сухость в горле, жажду, устраняет урчание (видимо не у нас : ) ), клототание в тонком и толстом кишечнике.							
Бананы, виноград и подобные сладкие, они по природе являются «прохладными»...поэтому помогают от жара «желчи». РТ2										
Большая часть кислых продуктов при "желчи" будет причинять вред, исключением является то, что по-тибетски называется скйу-ру-ра (эмблика) и лимон. РТ2										
Не свежесобранные фрукты, которые полежали, увеличивают "слизь"										
Все фрукты рассматриваются спелыми. В России таковых мало. У нас все срезают до стадии спелости.										

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
Ягоды - тибетцы не знакомы с ними. Витаминный запас см. в европейских традициях.										
Красный цвет ягод может говорить о том, что они лечат заболевания крови.										
<b>ПРЯНОСТИ / ПРИПРАВЫ</b>										
асафитида (ферула)	жгучий (АС2001)	теплая (АС2001)	АС2001 Смола ферулы вонючей и ей подобных; для европейцев смола не кладется, чаще кладется корень, т.к. мы и Восток - разные ферменты печени; кришнаиты продают более мягкую, не сильно вонючую. Польза: при болезнях червей (от гельминтов, заканчивая вирусами и бактериями); порождает огненное тепло, способствует пищеварению, порождает аппетит, лечит болезни холода, особенно "ветра" и, в частности, болезни "ветра" сердца. Опасность: при болезни "желчи" и жара.	+	-	+		+		
			ЧШ 83 Изгоняет червей, лечит болезни холода и "ветра" в сердце. ЧШ90 Излечивает болезни, вызванные сочетанием "слизи" и "ветра". ЧШ90 Против болезней, вызванных червями.							
барбарис			АС2003 Ягодки способствуют пищеварению!!! Добавлять их в пищу, в т.ч. в плов. Польза: лечит чху-сер, лимфу; собирает яды, разлившиеся по телу; лечит старые жары (корень видимо); полезен для глаз (кан-ту капают в глаза); способствует лечению болезней кожных и заживляет раны; улучшает пищеварение. Остальное прочитаете в ЧШ.		+				+	
			ЧШ 89 Лечит болезни "желчи". Луб барбариса излечивает отравление ядом. ЧШ90 Излечивает болезни чху-сер. ЧШ85 Цветы и плоды барбариса останавливают понос.							
			ВО268 Лечит болезни от ядов, застарелые римс, все болезни глаз.							
			РТ2 В первую очередь помогает от "желчи". Так же помогает от бад-кан-смуг-по, в особенности кора барбариса. Так же от жара почек. При жжении при мочеиспускании помогает хорошо.							
гвоздика (ли-ши)			ЧШ82 Гвоздичное дерево лечит болезни сосуда жизни и холод "ветра". ЧШ105 проводник составов к сосуду жизни.	+	-	+		+		
			АК89 "Сосуд жизни" - проводниковая система сердца.							
			РТ2 Гвоздика при "ветре" помогает".							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В		
	вяжущий, жгучий (АК89)	умасливающее, стабилизирующее, разглаживающее и согревающее (АК89)	АК89 Гвоздичное дерево помогает при болезнях "сосуда жизни", при болезнях желудка и печени, при истощении Огненной теплоты, при потере аппетита, при болезнях холодного <i>рлунг</i> , при одышке и т.п... останавливает икоту, прекращает рвоту и холодный понос, помогает при болезни <i>брум-бу</i> .									
зира		очень тупая (РТ2)	РТ 2 Что касается <i>зи-ра</i> – она очень «тупая» и не причиняет вреда при «желчи».	+	-	+						
имбирь	жгучий, вяжущий (АК36)	обжигающее, согревающее заостряющее (АС36)	ЧШ82 Порождает тепло, подавляет "ветер" и "слизь", способствует усвоению пищи. ЧШ90 Излечивает болезни, вызванные сочетанием "слизи" и "ветра". ЧШ90 Излечивает холод "слизи".	+	-	+		+				
			ВО253 Все виды имбиря лекарственного вызывают тепло, укрощают "слизь" и "ветер".									
			РТ2 Сырой - вкус "жгучий", свойство нейтральное, а сухой имбирь - "теплый".									
			АК37 Помогает при болезнях сочетания <i>бад-кан</i> и <i>рлунг</i> , при истощении Огненной теплоты желудка, при "замерзании" крови - когда кровь становится густой, из-за чего затрудняется ее движение внутри сосудов.									
имбирь сырой	жгучий(РТ2)	нейтральный (РТ2)										
имбирь сушеный		теплый (РТ2)	вызывает тепло									
кардамон (суг-мэл)	жгучий, сладкий (АК96)	умасливающее, согревающее, высушивающее и заостряющее (АК96)	ЧШ82 Кардамон настоящий лечит болезни холода в почках. Кардамон круглый лечит холод желудка и селезенки. ЧШ90 Кардамон средний и кардамон настоящий излечивают холод "слизи". ЧШ90 Лекарство при болезнях мочи. ЧШ105 Проводник составов : к почкам - кардамон настоящий; к селезенке - кардамон средний. ЧШ648 Кардамон средний - при болезнях селезенки. Кардамон настоящий - при болезни почек.	+	-	+		+				
			ВО247 Кардамон настоящий.. Лечит все болезни почек, вызванные холодом и "ветром".									
			ВО248 Кардамон средний - лечит болезни холода желудка и селезенки.									
			РТ2 Помогает при "ветре".									

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			AK96 Помогает при ослаблении тепла и функционировании почек, при мочеизнурении, при истощении Огненной теплоты желудка.							
кассия			ЧШ 84 Кассия трубчатая лечит болезни печени и мягко слабит.						+	
	дудчатая: сладкий, жгучий (AK53)	дудчатая: утяжеляющее, охлаждающее, умасливающее (AK53)	AK53 Кассия дудчатая вычищает яды из печени и другие болезни печени, а так же смуг-по, помогает при отеках конечностей, при отравлениях древесными ядами...убивает червей, помогает при запоре.							
	тора: слегка горький, вяжущий (AK50)	тора: охлаждающее, огрубляющее, высушивающее (AK50)	AK50 Кассия тора помогает при всех кожных болезнях, при болезнях чху-сэр, при шу-ба, при болезнях гза, мдзэ, брас, а кроме того, говорят, что применяется в бчуд-лэнах и увеличивают потенцию.							
корица	жгуче-сладкий (AC2001)	теплое (AC2001)	AC2001 У нас используется отдельный вид кассии, у тибетцев это соленое дерево; польза: порождает огненную теплоту, способствует пищеварению; порождает аппетит, силы тела; лечит холод желудка, болезни "ветра"; выводит гной из легких; опасность: при жаре "желчи" и крови.	+	-	+		+		
			ЧШ 82 Лечит холод "ветра" в желудке и печени. ЧШ90 Излечивает холод "слизи".							
кунжут			см. раздел "Зерно"	+						
куркума		острая (PT2)	PT2 Ни в коем случае не «тупая». Она не очень «острая». При «слизи» помогает хорошо.	-	+	-				
			ЧШ83 Лечит отравления, отторгает омертвевшее, подавляет болезни гнйан. ЧШ89. Куркума культурная и ароматная - излечивают отравление ядом.							
кориандр	сладко-жгучий (AC2001)	теплое (AC2001)	AC2001 Про листья, семечки - есть в ЧШ; польза: порождает способность переваривания; порождает аппетит; лечит жажду и жар "слизи"; это общее лекарство при болезнях желудка и, особенно, при болезнях бекен-муг-по; опасность: вредит при жаре "желчи" и обширном, распространенном жаре.	+	-	+			+	+
			ЧШ 82, 90 Лечит жар "слизи" и жар "слизи" желудка. ЧШ105 Проводник составов к почкам; к "слизи".							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			ВО251 Лечит болезни "слизи" желудка, жар, жажду, полезен при болезнях "ветра".							
миробалан хебула			ЧШ 648 Это лучшее лекарство от всех болезней. При отравлении.							
			ВО258 Это цари лекарств, которые без промаха и ошибок могут вылечить все болезни, какие только есть на свете.							
мускатный орех (дзати)		маслянистый	РТ2 Тмин, мускатный орех – «притупляют», но они «маслянистые», поэтому при «желчи» все равно их стараться не применять....Мускатный орех при "ветре" помогает.	+	-	+		+		
			ЧШ 82 Угнетает "ветер", лечит болезни сердца. 90 Излечивает болезни "ветра".							
			ЧШ 105 Проводник составов к сердцу; к "ветру".							
пажитник	жгучий и терпкий (АС2001)	теплое (АС2001)	АС2001 Польза: очищает от гноя легкие; лечит жар легкого; останавливает диарею; останавливает искусственно вызванную диарею; порождает силу пищеварения; лечит кровь, как ткань тела; лечит сильные боли и "ветер" со "слизью" в желудке; для полового влечения; для функции почек (?)полезен при сладкой крови и при боли при месячных; опасность: при запорах и болезни "желчи", а так же беременным !!!!	+	-	+		+		
	горький, жгучий (АС2003)	тяжелое, маслянистое, теплое (АС2003)	АС2003 Польза. Лечит гной в легких; холодные поносы; болезни «ветра»; болезни «слизи»; возвращает тепло почкам и улучшает функцию почек; при сахарном диабете; при изнурительном мочеиспускании; пробуждает аппетит.							
			ЧШ 85 Пажитник рогатый затягивает раны, лечит болезни легких. Пажитником сеныным останавливают гной в легких и понос.							
перец красный			ЧШ 82 Силой своей похож на огонь, он вызывает тепло, лечит ор, мдзе, гемморой и болезни, вызванные червями. 90 Излечивает холод "слизи".	+/ -	-	+		+		
			ВО254 Возбуждает огонь и теплоту в желудке и считается лучшим средством для лечения болезни ор, геморроя, глистов, мдзе и болезней "ветра". Лечит холод"ветра" и отеки разных видов							
			РТ2РТ2 ци-тра-ка (красный перец) – вредит «желчи».							
перец черный			ЧШ82 Лечит холод "слизи". ЧШ90 Излечивает холод "слизи".	+/ -	-	+				

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			ВО252 Лечат болезни "слизи", ме-бдал, полезны при ухудшении зрения и слепоте							
			РТ2 по-ба-ри (чёрный перец) вредит «желчи».							
перец длинный			ЧШ82 Лечит все болезни холода. ЧШ90 Излечивает холод "слизи".	+/ -	+/ -	+		+		+
			ЧШ 105 Проводник составов к желудку							
			РТ2 Несмотря на то, что он обладает острым вкусом, он не является горячим.							
		нейтральный (РТ2)	РТ2 пи-пи-лин – перец длинный, он очень помогает от «ветра» и при избытке «желчи» тоже не вредит. Так же он помогает от «слизи». При «ветре» – это лучший вид перца. ...Он помогает всем трем доша.							
			РТ2 Пи-пи-линг, что касается длинного перца, он по свойствам не «тупой» не «острый», он «нейтральный». Потому что, помогает при «слизи» и не вредит при «желчи». Достаточно помогает.							
			ВО253 излечивает болезни холодной природы, болезни "ветра" и болезни селезенки							
ТМИН	сладкий (АС2001)	теплое (АС2001)	АС2001 Польза: лечит болезни "ветра"; увеличивает физическую силу ткани и силу тела; порождает сонливость; увеличивает семя и половое влечение; разрушает опухоли матки (спринцевание); смягчает кожу; улучшает рост бровей и волос; опасность: болезни "желчи" и "слизи", жар и повышенное давление .	+	-	+				-
			ЧШ82 Кмин лечит жар легких. ЧШ86 Лечит жар "ветра", обезвреживает яды и лечит болезни глаз.							
		притупляющее, маслянистое (РТ2)	РТ2 Тмин, мускатный орех – «притупляют», но они «маслянистые», поэтому при «желчи» все равно их стараться не применять							
			ВО305 Излечивает жар "ветра", отравления, болезни "слизи", болезни глаз, вызывает аппетит, умирляет отеки.							
шафран			ЧШ 82 Лечит все болезни печени, связывает сосуды. 89 Входит в группу лекарств, подавляющих жар. +ЧШ648		+	-				+
			ЧШ 105 Проводник составов к печени.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			ВО247 Все три вида - кашмирский, непальский и тибетский (календула лекарственная) - имеют общее название и используются для лечения всех болезней печени, а так же для связывания устья сосудов.							
			РТ2 Шафран хорошо помогает при жаре "слизи". Вредит при "слизи". Вредит процессу расщепления и всасывания пищи.							
<i>Все приправы улучшают вкус пищи, усиливают аппетит</i>										
<b>ОРЕХИ / СЕМЕЧКИ</b>										
арахис (он же земляной орех)	сладкий (АС2001)	теплое (АС2001)	АС2001 Польза: увеличивает тепло; увеличивает, питает ткани тела; увеличивает ро-ца (влечение, потенцию, семя); лечит болезни «ветра»; лечит кожные болезни по типу холода (скорее всего); так же болезни каналов или сосудов. Вредит при заболевании сердца.	+				+		
абрикосовые косточки			РТ2 Масло из абрикосовых косточек очень хорошо помогает от облысения и также помогает от «ветра». Если «ветер» сильный, съесть эти косточки тоже помогает хорошо.	+						
грецкий орех	сладкий и терпкий (АС2003)	нейтральное, маслянистое (АС2003)	АС2003 Польза: при заболеваниях «ветра»; лечит ткани тела; способствует увеличению молока в молочных железах; очищает от запоров. Масло – наружно при болезнях «ветра», при ограничении подвижности в суставах, сгибании/разгибании конечностей; при отеках и опуханиях; способствует росту волос; убирает седину.	+						
кедровый орех			РТ2 От "ветра" очень хорошо будет помогать.	+						
подсолнечника семечки	сладкий (АС2001)	теплое (АС2001)	АС2001 Польза: лечит ткани тела, ослабление силы почек; улучшает белые каналы, благоприятно влияя на нервную систему и на мышечную ткань; очищает при поражении "слизью" легких и очищает их от мокроты.	+		+		+		
			РТ2 ...Но подсолнечное масло причиняет вред сердцу. В частности, русские часто грызут семечки, китайцы тоже грызут их в больших количествах. Ни в коем случае нельзя это делать часто, потому что это закупоривает кровеносные сосуды сердца.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
подсолнух целиком	сладкий (АС2003)	теплое, маслянистое (АС2003)	АС2003 Польза: при ослаблении почек и тканей тела; при шуме в ушах; при отеках у беременных. Лепестки цветов останавливают кровотечение из матки. Сердцевина клейкая белая будет лечить твердые опухоли (скраны) желудка и тонкого кишечника. Перга (основа семечек) ) – при болезни повышенной крови, при жаре тонкого кишечника и сахарном диабете, а так же при инфекциях мочеполовой системы, в частности мочевого канала (как применять, не говориться).							
<i>Семечки при жарке становятся легче, но при этом более маслянистые</i>										
<i>Тяжелы для пищеварения, поэтому есть их надо понемногу; особенно вредны орехи людям полным; можно 50 гр; людям "ветра" - чуть больше. РТ1</i>										
<b>ДРУГОЕ</b>										
грибы, которые растут в лесу		тяжелые	РТ2 Грибы, которые растут в лесу, они более "тяжелые", поэтому для "слизи" они возможно немного вредят. От "ветра"помогают.	+		-				
грибы опята			РТ2...скорее всего опята. Они "желчи" не вредят. Очень хорошо устраняют яды и отравления.		0					
грибы: шампиньоны, сморчки	сладкий, соленый (АС2001)	нейтральные (АС2001)	АС2001 в Тибете нет такого разнообразия и все грибы делятся по цветам . Польза: полезны при ранах, язвах и отравлениях; опасность: порождает "ветер" со "слизью"; неблагоприятно влияют при болезни дрег = подагра (корка грязи, воспалительный процесс, связанный с кровью).							
грибы древесные китайские (черные, продаются в сухом виде)	сладкий (АС2001)	нейтральные (АС2001)	АС2001 Польза: лечит кровь, как ткань тела; болезни легких; останавливает кровь; обезболивающий; при запорах; опасность: противопоказаний нет/							
мёд	сладкий (РТ2)	острый, грубый (РТ2)	Чем более явно выражен запах и вкус, тем сильнее свойства	-	-	+				
			РТ2 Не будет помогать ни от «ветра», ни от «желчи». у мёда есть свойства: "грубость" и "острота" – это "ветру" противопоказано. Зато эти качества будут помогать при "мягкости" и "тупости" "слизи".							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			РТ2 А мед считается «грубым» и «острым», его нельзя употреблять при «желчи» из-за его «остроты». Мед помогает при «слизи», но вредит при «желчи». Поэтому, если ярко выраженная «желчь», то мед не следует употреблять, соблюдать осторожность здесь. +РТ.							
			РТ 2 Мед (сладкий вкус) будет помогать от «ветра», связанного с жаром.							
			<i>А.С.: Несмотря, что он сладкий, его разрешают при сахарном диабете. Европейцы не разделяют эту позицию.</i>							
		легкий, грубый (ЧШ109) - общий	ЧШ88 Мед является "конем", подавляющим чху-сер и "слизь". ЧШ109 Хорош при болезнях "слизи".							
бу-рам (патока)			ЧШ90 Излечивает болезни "ветра". ЧШ88 Патока черная, которая служит "конем" для др.лекарств, сама по себе подавляет холод "ветра".	+						
		тяжелая, маслянистая, мягкая, горячая (ЧШ108)	ЧШ 108 При болезнях "ветра"							
		маслянистая, горячая (ЧШ 124)	ЧШ 124 Диета при болезнях "ветра": ....., патока.							
сахар	сладкий	тупой, тяжелый, прохладный	РТ2 Сахар считается по свойствам «тупым», он тоже помогает при "желчи".		+	-	+			
			РТ2 Если у человека сильный жар, если есть диарея, например, вызванная жаром, то, если просто размешать сахар в воде и выпить, то помогает очень хорошо. Также при сочетании «ветра» и жара сахар тоже будет помогать. Если "слизь" связана с жаром, то в этом случае помогать особо не будет.							
		холодный (РТ)	РТ При жаре "желчи" употреблять пищу, прохладную по свойствам. Сладкий вкус: сахар...Вредит при "слизи".							
			ЧШ 88 Сахар "конь", который подавляет жар "желчи" и крови.							
сода		грубая, не очень острая, легкая (РТ2)	приготовленная - не острая и легкая	-	-	+				

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			PT2 Достаточно «грубая», не сильно «острая». Сода, как приготовленный продукт не «острая». Соль, из которой приготовлена сода, <i>бул-тог</i> называется, она – «острая». В целом она также легкая, помогает при «слизи». Добавлять в выпечку: при "слизи"- да, при "ветре" и "желчи" - нет.							
соль обычная		горячая (PT2)	ЧШ72 Всякой еде придает вкус, порождает тепло, облегчает пищеварение, выводит каловые массы.		-	+				
			ВО337 Соль поваренная полезна против мокнущих высыпаний на коже и при болезни от вина.							
			PT2 по поводу видов соли – «черная» и обычная каменная или поваренная. В целом от «ветра» помогают, от «слизи» помогают тоже.							
			PT2 Соль и соленая пища больше относится к «острой» и «тяжелой».							
			PT2 Соль, за исключением морской соли, является горячей и жаркой – при «желчи» будет причинять вред...За счет "теплоты"!, соль будет помогать от "прохлады" "слизи".							
соль черная		см. Соль обычная PT2	+		+					
соль красная			ЧШ 90 Излечивает болезни, вызванные сочетанием "слизи" и "ветра". ЧШ83 Вызывает тепло, избавляет от чувства распирания, отрыжки, угнетает "слизь" и "ветер".	+		+		+		
			ЧШ 648 Лучшее средство от <i>ма-жу</i> .							
соль каменная			90 Излечивает холод "слизи". ЧШ90 Лекарство при болезнях мочи. ЧШ83 Очищает "слизь" и "ветер", лечит несварения, вызванное холодом.	+		+		+		
			см. Соль обычная PT2							
			ВО256 Для лечения "слизи" и "ветра", <i>ма-жу-ба</i> и прочих болезней холодной природы							
соль морская	соленый (PT2)		PT2 Соль морская "желчи" не вредит, потому что здесь происходит действие свойств, а не действие вкусов.	+	+ -	+				
табак нюхательный			PT2 Скорее вредит "ветру". Те, кто употребляет нюхательный табак, становятся худыми.	-						

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
цамба (ячменная мука)		легкая (PT2)	PT2 Ячменная мука, измельченная прокаленная, очень хорошо помогает при "слизи". Из старого ячменя - хорошо переваривается, усваивается, она "легкая". Способствует образованию тепла в теле. Вообще очень полезная вещь.			+				
шоколад		грубый, не очень острый (PT2)			+					
		тяжелый	PT1 Шоколад и кофе ухудшают пищеварение. Их делают из зерен, которые очень сильно обжаривают и они становятся очень тяжелыми.							
			PT2 Не очень «острый». Шоколад «грубый». Зависит от способа приготовления.							
шоколад горький					0					
шоколад сладкий			PT2 При "слизи" будет вредить.			-				
шоколад несладкий			PT2 Несладкий шоколад будет вредить при "ветре".	-						
яйца куриные		теплые (PT2)	PT1 яйца делят на желток и белок; белок усваивается легко, желток - тяжелее и может приводить к полноте.	+						
			PT2 яйца от «ветра» помогают. Как я уже сказал, курятина помогает, а яйца, так как они схожи с курятиной, тоже помогают от «ветра». Потому, что они «тёплые». Но не при всех случаях расстройства «ветра» можно применять яйца. В случае болезни ца-кар («белых» каналов) их лучше не употреблять. Потому, что яйца закрывают отверстия каналов (и сосудов). Здесь нужно быть осторожным. При болезнях "ветра" субстанция, закупоривающая сосуды особо проявляться не будет.							
<b>ПРИГОТОВЛЕННАЯ ПИЦА</b>										
рисовый жидкий суп		легкий	ЧШ71 Выравнивает силы тела, порождает тепло, размягчает сосуды	+	+	+				

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			ЧШ71 Супов рисовых четыре вида: жидкий, густой, погуще, и кашица. Первые легче последующие; всасываясь, они выравнивают силы тела, порождают тепло и размягчают сосуды. Суп погуще порождает тепло, утоляет голод, жажду, снижает утомление, растворяет болезни, останавливает понос и запор. Густой рисовый суп останавливает понос, приятен на вкус и утоляет жажду. Суп пожиже полезен при усталости и поносе. Если рисовую кашу сварить с горячительными лекарствами, она станет легкой и будет хорошо перевариваться. Кашица на мясном бульоне или на молоке будет тяжелой. Рис поджаренный останавливает понос, соединяет сломанные кости. Суп из незрелого риса или ячменя вызывает запор, угнетает тепло. Поджаренный дробленый рис легок, мягок и горяч и подходит желудку.							
рисовая жидкая каша		легкая (РТ2)	РТ2 Чем жиже рисовая каша, тем легче она переваривается. Чем гуще, тем сложнее.							
рисовая сухая каша		тяжелая (РТ2)	РТ2 Обычный вареный рис, если он становится сухой, то от "тяжелый" и переваривается тяжело.							
рис поджаренный			ЧШ71 Останавливает понос, соединяет сломанные кости.							
суп из ячменя					+					
цзамба холодная		тяжела	ЧШ71 Придает силы, но "тяжела"							
цзамба сваренная		легка, мягка	РТ2 Разница в том, насколько густа замешана цамба, т.е. она жидкая или густая. Если она жидкая, то усваивается и переваривается чуть сложнее. Если густо замешен, как комок, то переваривается гораздо лучше.							
			ЧШ71 Легка, мягка и хорошо переваривается.							
цзамба жидкая			ЧШ71м Легко переваривается, дает силы, очищает болезни							
суп из сухой муки			ЧШ71 Поморгает при возбуждении "ветра".	+						
крапивный суп			ЧШ71 Подавляет "ветер", порождает тепло, возбуждает "слизь" и "желчь".	+	-	-				
суп из колоказии			ЧШ71 Подавляет "ветер", сушит раны, порождает "слизь" и "желчь".	+	-	-				
суп из мари белой			ЧШ71 Вреден для глаз, но выводит засохший кал.							
суп из монской красной мари			ЧШ71 Подавляет три доша.	+	+	+				+

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
суп из белого одуванчика и одуванчика лекарственного			ЧШ71 Холодит и изгоняет жар.		+					
суп из обычного одуванчика		прохладная (ЧШ 109)	ЧШ 109. Из одуванчика лекарственного и белого - полезно при "желчи".		+					
суп из бузульника			ЧШ71 Лечит жар желчи и болезни головы.							
гороховый суп			ЧШ71 Вызывает аппетит, порождает "слизь" и "желчь", сгоняет жир, лечит ма-жу, причиненное растительным маслом.		-	-				
суп из горчичника и купены			ЧШ71 Подавляет "ветер" и "слизь".	+		-				
суп из редьки			ЧШ71 Вызывает тепло, останавливает понос.							
суп из зеленого чеснока			ЧШ71 Полезен против "ветра".	+						
мясной бульон			ЧШ71 Укрепляет, насыщает, полезен при возбуждении "ветра".							
мясо вареное		легкое								
мясо, приготовленное на огне		средней легкости								
пицца из овечьего молока		тепла и сытна								
пицца из коровьего молока		холодна и легка								
пицца из козьего молока		холодна и легка								
пицца из хайнычьего молока		нейтральна по холоду и теплу								
гречка с горчичным маслом			вредить не будет	0						
овсянка с молоком			Ветру вредить не будет	0						
макаронные изделия		клейкость	PT2 Макароны и другие подобные продукты, которые обладают вот этой белой составляющей «клеякой», ..., но при «слизи» они вредят, по той причине, что они очень закупоривают сосуды и каналы.			-				
<i>Все остывшие блюда угнетают огонь желудка ЧШ71.</i>										
<i>Зерновые отваренные становятся мягкими. Можно еще +масло. PT2</i>				+						

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
Зерновые, прожаренные с маслом и добавлением, к примеру, лука и помидор, становятся тяжелыми. РТ2				-						
Жидкие каши "легки", легко усваиваются. Густые каши более "тяжелы". Если болезнь "желчи" и "ветра", тогда нужны густые каши. При болезнях "слизи" каша должна быть жидкой, т.к легко усваивается и легко выводится. Каши на молоке становятся более "тяжелыми". РТ1										
Каши по утрам без молока и масла, сваренные на воде с солью являются легкими и усиливают свойство "ветра" легкость. РТ2				-						
Мясо не очень жирное и мясные бульоны относятся к мягкой пище. РТ2.				+						
Мясо, обжаренное на масле становится более тяжелым. РТ2				+						
Овощи сырые (Ю: рассмотрим салаты) являются "грубыми" и "тяжелыми". РТ2				-						
Овощи, сваренные на воде без масла и почти без соли - "легкие". РТ2				-						
Овощи, отваренные и тушеные становятся "мягкими". РТ2				+						
Овощи жаренные становятся "тяжелыми". РТ2										
Все сушеные фрукты, мясо, овощи - все это становится намного "легче". Они будут больше похожи на "грубые". РТ2										
Мясо. Когда оно сырое, оно очень "тяжелое". Сухое - "легкое". Вареное - еще "легче". Приготовленное на огне - средней "легкости", по сравнению с вареным мясом оно будет "легче". Когда прожаривается на масле - становится более "тяжелым", более "острым". Когда с огня, шипит, идет дым (шашлыки) - подобное мясо очень вредное. РТ2										
Макдоналдс. Пицца очень-очень вредная. Масло, в котором все обжаривается очень долго кипятится, становится старым и хранится много месяцев. Даже, если мы просто попробуем это масло, то желудку это причиняет огромный вред. РТ2										
Пицца не жирная без масла относится к легкой.										
<b>ПИТЬЕ \ НАПИТКИ</b>										
<b>алкоголь</b>										
чханг	кисло-сладкий, горький	острый, горячий, мелкий	слегка слабит, раздувает внутренний огонь, придает смелость, навевает сон, очищает "ветер" и "слизь"	+		+				
			РТ2 Если использовать слабоалкогольный напиток чханг, то он от «ветра» будет помогать очень хорошо. Он будет помогать и от «слизи» и от «ветра».							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
			РТ2 что касается наших алкогольных напитков, которые можно сравнить с <i>чангом</i> – это виноградное вино (и красное и белое). Помогает и от «ветра» и от «слизи», единственно могут вызывать изжогу. ...при "ветре" лучше будет помогать сладкое видно.							
			РТ2 чханг типа водки, тибетцы считают, что он то же помогает и от «слизи» и «ветра»...если у человека есть заболевание «ветра», то ему полезно будет после плотного ужина, вечером принять 10-15 грамм крепкого алкоголя.							
свежий чханг		мягкий	усиливает огонь желудка, улучшает пищеварение.							
чханг прокисший			изгоняет кровь, "желчь" и "слизь".							
вино чханг из муки			подавляет ветер, поддерживает внутреннее тепло	+						
чханг из патоки				+						
чханг костный				+						
чханг из лча-ба и рамнйэ				+						
кислый чханг			пробуждает аппетит, гонит вниз муть и осадки							
свежий чханг "тяжелее", а старый - "полегче"										
вино			подавляет "слизь", но возбуждает "желчь"		-	+				
вино виноградное (белое и красное)			РТ2 Помогает и от "ветра" и от "слизи", но может вызвать изжогу.	+		+				
вино сладкое			РТ2 Вино сладкое полезнее для "ветра".	+		+				
водка после ужина 10-15 гр.			РТ2 "Острота" водки будет помогать от "тупости" "слизи".	+		+				
пиво			РТ2 пиво – не очень полезный напиток, от «ветра» он не помогает. Он усиливает «слизь», но при этом от «ветра» всё равно не очень помогает.	0		-				
<b>ВОДА</b>										
вода холодная сырая		прохладная (ЧШ109)	ЧШгл16 Помогает при обмороках, усталости, похмелье, головокружении, рвоте, жажде, жаре тела, болезнях "желчи" и крови, при отравлениях.	-	+					
вода, которая падает со снежных гор		"холодна"	ЧШгл16 Так "холодна", что огонь нагревает ее с трудом.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
вода кипяченая			РТ2 При конституции "ветер" пить обязательно теплой и больше (при этой конституции "сухость" очень сильна). Если выкипятить наполовину, будет помогать от "ветра", т.к. станет "тяжелее". Но, внимательно к состоянию желудка.							
вода - кипяток		легкий, грубый (ЧШ109)	ЧШ гл16. Согревает, улучшает пищеварение, подавляет икоту, удаляет "слизь", лечит одышку, вздутие живота и останавливает свежую чхам-лу. ЧШ109 Хорошо при болезнях "слизи". ЧШгл18 Если пища не переваривается и вздувается живот - пей кипяток после еды.	+		+				
вода - остывший кипяток			ЧШгл16 Не возбуждая "слизи" удаляет "желчь". Через день после хранения она делается как ЯД и возбуждает все пороки.		+					
вода			ЧШгл12 При незрелом и скрытых жарах - конь, вода, выпаренная на 2\3 в теплом виде. При незрелом жаре лучше дать холодную воду. При застарелом - кипяченую и остуженную, при пустом - кипяток, с которого только пар перестал идти.							
<b>Кофе\ чай\ цикорий</b>										
кофе		не особо острый (РТ2), тяжелый	РТ2 Кофе не особо «острый». При «желчи» кофе не вредит, только при «ветре».	-	0					
			ВО346 при одышке и поносе с жаром							
	сладко-горький	теплое	<i>Алексей встречал и характеристику «холодное» А.С. 2001</i> Польза: увеличивает тепло (разные взгляды); устраняет похмелье и процесс опьянения; гонит мочу; улучшает кровообращение (заставляет двигаться кровь). Вредит: при жарах; при бессоннице, при болях в сердце	+	+	- \	+			
куруильский чай белый цветок	Цветок – терпкий, сладкий. Ствол – горький	нейтральное	А.С. 2003 В лекарства и вместо чая. Польза - чистят зубы, отбеливают. Если принимать внутрь, то польза: при несварении, при болезни легких. Если его сжечь до золы (тал-ба), то подсушивает чху-сер							
куруильский чай желтый цветок		холодное и тупящее	А.С. 2003 Польза: лечит заболевания молочной железы; открывает каналы при асците, водянке; если сжечь до тал-ба (без доступа кислорода) будет сушить чху-сер; профилактика мастопатий, онкологий.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
иван-чай (кипрей)	горький, немного кисловатый	холодное	А.С. 2003 Польза: при отеках, при задержке, при сложностях при мочеиспускании; при жаре варикоза и болях; при зуде, жжении сыпи. А.С. С точки зрения европейской медицины польза при катаре желудка, воспалении ЖКТ.		+					
чай зеленый	горько- сладкий (АС2001)	холодный, легкий (АС2001)	АС2001 Польза: лечит жары, жар и сухость в горле; останавливает потливость и делает легким тело; опасность: увеличивает "ветер" и убыстряет кровообращение; при "ветре" в желудке, при болезни бекен-смугло.		+					
чай черный (не крашенный)	горько- сладкий (АС2001)	холодный, но чуть теплее зеленого; легкий, но тяжелее зеленого (АС2001)	аналогично зеленому чаю							
			РТ2 Что касается зелёного чая – достаточно «лёгкий». Чёрный – более «тяжёлый». Большая часть сортов чая способствует раскрытию каналов и сосудов тела. При увеличении «ветра» особо не помогают, но то, что с чаем употребляются сопутствующие вещества: молоко, масло - вот это помогает. Если чай крепкий, то мы засыпаем с трудом. поэтому "ветру" будет вредить.							
чай черный с молоком ячьим или овечьим				+						
чай черный с молоком коровы или козы			РТ2 Если добавлять в чай коровье молоко, то при "ветре" помогать не будет, при "ветре" и "желчи" помогает. Если добавлять ячье или овечьё, то при "ветре" будет достаточно хорошо помогать.	-			+			
чай черный с лимоном	кислый		РТ2 Кислый вкус помогает от клейкости "слизи". Он ее расщепляет.			+				
чай черный с маслом и молоком				+						
			РТ2 чай с молоком. Если добавляется простое коровье молоко, то при «ветре» помогать не будет; при «ветре» и «желчи» будет помогать. Если добавлять ячье молоко или овечьё молоко то при «ветре» будет достаточно хорошо помогать.							
цикорий	горько- сладкий (АС2001)	холодное (АС2001)	см. в разделе "Зелень и овощи"		+	-			+	+

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
<b>МОЛОЧНЫЕ И КИСЛО-МОЛОЧНЫЕ</b>										
МОЛОКО	сладкий	маслянистое, холодное	подавляет "ветер", возбуждает "слизь", увеличивает силы тела, улучшает цвет, угнетает "ветер" и "желчь", возбуждает страсть и "слизь".	+	+	-				
		маслянистое, горячее (ЧШ124) общее	ЧШ 124 Диета при "ветре":..., молоко							
			PT2 При "ветре" и "желчи" полезны молочные продукты коровьи и козьи (не много).							
			PT1 Вкус сладкий, немного вредит "слизи"; большое количество вредно для "слизи" и "желчи", но полезно для "ветра", полезно для мужской силы ро-ца.							
МОЛОКО КОРОВЬЕ		прохладное, немного тупое (PT2)	питательно, полезно при прободении легких, при застарелых <i>римс, гчин-сний</i> . От него душа острая	-	+	-	+	-		
			PT1 Полезно при заболеваниях легких, туберкулезе, при запущенном простатите, сахарном диабете, сохраняет физические силы. PT2 Если "ветер" в сочетании с "желчью", то будет полезно. Если это "холодный ветер", "ветер", "ветер со слизью", то не помогает. (речь идет о натуральном молоке) +PT							
МОЛОКО КОЗЬЕ		немного тупое (PT 2)	полезно при одышке, только при ветре с жаром	-	+	-	+			
			PT1 полезно при затрудненном дыхании. PT2 Поможет при "ветре" с жаром, а только при "ветре" - нет.... . Если это "холодный ветер", "ветер", "ветер со слизью", то не помогает.							
			ВО346 при одышке и поносе с жаром.							
МОЛОКО ОВЕЧЬЕ		острое (PT2)	угнетает "ветер", вредно для сердца	+	-	+				
			PT1 полезно при заболеваниях "слизи", "ветра"; если пить много, то вредит сердцу. PT2 Помогает при холоде "ветра". Острота вредит "желчи".							
МОЛОКО ЯЧЬЕ			полезно при болезнях "слизи" и "желчи".							
			PT2 Помогает при "холоде""ветра".							
МОЛОКО КОБЫЛЬЕ			лечит легкие, пьянит	+						
			PT1 полезно для легких; если пить много, то приводит к отуплению. PT2 Помогает при холоде "ветра".							
			AK160 Питает легкие и лечит <i>рлунг</i> в конечностях.							

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
молоко ослиное			лечит легкие, пьянит	+	+	+				
молоко человека			AK171 Помогает при болезнях <i>рлунг</i> , <i>мкрис</i> и <i>крови</i> . В кипяченом виде при принятии внутрь восстанавливает ткани и увеличивает потенцию, при закапывании в глаза помогает при глазных болезнях, при закапывании в нос помогает при болезнях носа. При прикладывании к ране будет способствовать ее заживлению.							
молоко парное			подобно нектару							
молоко сырое		холодное, тяжелое	от него заводятся черви и возбуждается "слизь".							
кефир			PT1 Полезен на начальных стадиях простудных заболеваний; если употреблять часто, то может привести к затвердению кала.							
кипяченое молоко		легкое, теплое								
сгущенное молоко		тяжелое	переваривается плохо							
<i>шо</i> всех видов	кислый	холоден, маслянист	сушит кал, изгоняет жар "ветра", возбуждает аппетит							
			PT2 Большая часть кислых продуктов при "желчи" будет также причинять вред, исключением является тибетский кисло-молочный продукт, называется <i>шо</i> . То, что у нас может сравниться со сметаной или с йогуртом. Коровий и козий, они, хотя и кислые, вреда не причинят.							
		прохладное (ЧШ 109) - общее	ЧШ 109 При болезнях желчи хорошо помогают <i>шо</i> и <i>дар</i> из овечьего или козьего молока. ЧШ 648 При геморрое - <i>шо</i>							
<i>шо</i> коровий, козий	кислый	теплый			+					
		прохладное (ЧШ 109) - общее	ЧШ 109 При болезнях желчи хорошо помогают <i>шо</i> и <i>дар</i> из овечьего или козьего молока.							
<i>шо</i> вареный			сушит кал, останавливает понос жарких стран							
сыворожка, выжатая из <i>шо</i>			слабит, чистит сосуды							
<i>дар</i> свежий	терпок, кисел	легок	порождает тепло, лечит <i>скраны</i> , болезни селезенки, геморрой и <i>ма-жу</i> , причиненное маслом.			+				
<i>дар</i> из коровьего и козьего молока		грубый, легкий	не вредит "слизи", даже на пользу		+	+				
сыворожка от сыра			подавляет "слизь", не вызывая возбуждения "ветра" и "желчи".	0	0	+				

	вкусы	свойства	действия	Ветер	Желчь	Слизь	Ветер-Желчь	Ветер-Слизь	Желчь-Слизь	Ж-С-В
<b>СОКИ</b>										
соки из сырых овощей (не магазинские)		тяжелые (PT2)	PT2 Соки из сырых овощей и фруктов сохраняют свойства первоначальных продуктов.							
соки из вареных овощей		легкие (PT2)								
<i>Алкоголь крепкий - при заболеваниях "ветра" полезно принять после плотного ужина 10-15 грамм. ( на голодный желудок - плохо). ..При "слизи" крепкий алкоголь можно (типа водки), при сочетаниях "слизи" с чем-то - ни в коем случае употреблять нельзя. при сочетании трех - все зависит от того, что доминирует. PT2</i>										
<i>Соки из магазина содержат много консервантов, не могут быть полезными и вредят желудку. PT2. Соки из фруктов, которые выжимаем сами, сохраняют свойства самих фруктов.</i>										
<i>Натуральные соки. Они в основном холодные, поэтому еда после принятия такого сока может плохо перевариваться. Полным людям соки не желательно! Дети, если худы, истощены, то Да. Если средней комплекции или полны, то не стоит - А.С.</i>										
<i>Газированные напитки вредны при "ветре".</i>				-						
<i>Чай рассматриваются листовые, а не пакетики с неизвестным содержимым. PT</i>										
<b>МЕТОДЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЦЦИ</b>										
засаливание			утепляет							
копчение			утяжеляет							
варка			облегчает, делает немного теплее							
сушка			облегчает, делает немного теплее PT2							
маринование			немного утяжеляет							
сырая пицца						-				
теплая пицца						+				
холодная пицца						-				
старая пицца (все, что долго хранится, в т.ч. варенья, домашние заготовки)						-				
жареная пицца					-					