*«Роль воды в жизни человек. Для детей простыми словами»*

**Газированная водаы**

Для поддержки водного баланса или равновесия мы пьем каждый день. Кто пьет воду, кто – кофе или чай, а кто –соки, газированную воду.Основу дорогого напитка составляет вода, а сам напиток это нет чистой питьевой воды, а соответствующий раствор и воспринимается он организмом не как чистая вода. Разные вещества, которые есть в напитках, влияют на наш организм .

Газированная питьевая вода – это консервированная питьевая вода, она, за счет углекислоты как консерванту, имеет обезображенную структуру и биоэнергетику относительно естественной воды и не может рассматриваться как питьевая вода, особенно сейчас, когда за счет экологического влияния окружающей среды на человека, внутреннее состояние организма человека очень загрязнено и существенно отличается от естественного, а газированная питьевая вода еще больше ухудшает эту картину.

Взрослому, здоровому человеку небольшое количество газированной воды не навредит, но очень часто употреблять газированную воду, тем более постоянно, особенно сладкую газированную воду, ведет к проблеме со здоровьем.

В любой газированной воде есть углекислый газ. Сам по себе он безвредный и собственно он используется, в первую очередь, как консервант воды. Присутствие углекислого газа в организме человека возбуждает желудочную секрецию, повышает кислотность желудочного сока и провоцирует метеоризм, увеличение выделения газов. Людям с язвенной болезнью, с повышенной кислотностью и рядом других болезней желудку и кишечнику, перед употреблением любой газированной воды, газ из бутылки следует выпустить путем встряхивания, хотя свойства питьевой воды при этом не возобновляются к естественной. То же относится и к минеральной воде.

Детям, в возрасте до 3-х годов, вообще не рекомендуется давать газированную воду. Газированная вода не так усваивается растущим организмом ребенка, как естественная вода, и это приводит к нарушению естественных обменных процессов в организме, в частности к ожирению организма, к появлению аллергических процессов, к кариесу зубов. Есть данные зарубежных авторов, что газированные напитки могут вызывать онкологические заболевания. В США, в связи с эпидемией ожирения среди молодежи, запрещено в школах употреблять газированную воду.

**Вода и сознание человека**

У воды есть очень важное сообщение для нас. Вода предлагает заглянуть нам поглубже в нас самих. Когда мы смотрим в себя через зеркало воды, сообщение удивительным образом проявляется и становится кристально чистым. Мы знаем, что жизнь человека напрямую связана с качеством нашей воды, вне зависимости внутри или снаружи нас.

В последнее время стали популярны фотографии Масару Эмото, творческого и мечтательного исследователя из Японии. Мистер Эмото опубликовал важную книгу: "Сообщение воды", основанную на его исследованиях. Эмото на практике доказал, что энергетические вибрации человека, мысли, слова, идеи и музыка воздействуют на молекулярную структуру воды, той самой воды которая составляет 70 % тела человека и покрывает такое же количество поверхности нашей планеты. Вода является источником всей жизни на нашей планете, её качества и целостности и является жизненно важной для всех форм жизни. Тело человека – как губка, состоящая из триллионов камер, называющихся клетками, которые хранят в себе жидкость. Качество нашей жизни напрямую зависит от качества нашей воды.

Вода очень податливая субстанция. Её физические очертанья легко подстраиваются к любой среде, где она находится. Но её физический внешний вид не единственная вещь, которая меняется; её молекулярная структура тоже меняется. Энергия или вибрации окружающей среды могут изменить молекулярную структуру воды. В этом смысле, вода реагирует не только физически на окружающую среду, но и молекулярно.

Эмото визуально запечатлел эти молекулярные изменения в воде. Его работа наглядно продемонстрировала различия в молекулярной структуре воды и её взаимодействия с окружающей средой.

Эмото обнаружил много удивительных различий в кристаллической структуре воды, взятой из различных источников и из разных условий со всей нашей планеты. Вода из древних горных потоков и ключей была прекрасно сформирована геометрически. Загрязнённая и токсичная вода из индустриальных и загрязнённых областей и застоявшаяся вода из водопроводов и водохранилищ имела определённо нарушенную и случайным образом сформированную структуру.

С нарастанием популярности музыкальной терапии, Эмото решил посмотреть какой эффект оказывает музыка на структуру воды. Он поставил дисцилированую воду между двух колонок на несколько часов, и затем сфотографировал кристаллы, которые получились после замораживания.

После того, как Эмото увидел как вода реагирует на различную окружающую среду, загрязнения и музыку, он вместе с коллегами решил посмотреть как мысли и слова влияют на формирование кристаллов. Он использовал слова, напечатанные в текстовом редакторе, распечатанные и наклеенные на ночь на стеклянную посуду. Такая же процедура была проделана с именами умерших людей. Затем вода была заморожена и сфотографирована.

**Какая питьевая вода нужна (полезна) человеку?**

Сегодня сформулировать основные химические, микробиологические и физические критерии, которым должна удовлетворять питьевая вода, которая необходима человеку для сохранения здоровья его организма.

1. Питьевая вода должна содержать в своем составе все необходимые микро- и макроэлементы, которые необходимы человеку для нормального функционирования его организма и которые человеку поступают с питьевой водой. Это должна быть природная, поверхностная, текущая вода, которая имеет собственную, природную биоэнергетику, задаваемую ее природным свойством. Она должна иметь наивысший критерий структурной упорядоченности – это фрактальная, дисимметричная питьевая вода.

2. Вода должна быть природной, биологически доступной, легкоусваиваемой, должна иметь максимальную проникающую способность через мембраны клеток организма, и иметь основные физические и физиологические характеристики сравнимые с внутриклеточной водой. Например, водопроводная вода имеет величину поверхностного натяжения до 73 дин/см, а внутриклеточная вода имеет поверхностное натяжение около 43 дин/см. Клетке требуется большое количество энергии на преодоление поверхностного натяжения воды.

3. Питьевая вода должна быть средней жесткости. Очень жесткая или мягкая вода одинаково не оптимальна для нормального функционирования клеток организма. В связи с постоянным загрязнением организма человека различными экологическими токсинами, более приемлема для нашего организма структурированная, щелочная вода (рН 8,0 – 9,0). Именно щелочная, но структурно-упорядоченная питьевая вода будет лучше сохранять кислотно-щелочное равновесие жидкостей организма, в большинстве имеющих слабощелочную реакцию.

5. Такая важная характеристика питьевой воды, как окислительно-восстановительный потенциал воды должен соответствовать окислительно-восстановительному потенциалу межклеточной жидкости. Эта величина находится в диапазоне от -100 до -200 мВ (милливольт). В таком случае организму не надо тратить дополнительную энергию на выравнивание окислительно-восстановительного потенциала.

6. Питьевая вода не должна содержать никакой отрицательной, негативной для организма человека информации.

Человек может делать свою собственную, высококачественную питьевую воду из воды природных источников, или из водопроводной воды, которая соответствует стандарту «Питьевая вода» и делать из таких вод талую питьевую воду. Талая вода, которая впервые рождается в квартире того, кто ее получает, дает ему структурированную, льдоподобной структуры питьевую воду, которая хорошо соответствует структуре внутриклеточной воды. При комнатной температуре талая вода сохраняет структуру льда в течение 6-8 часов.

Человек должен постоянно помнить, что для его здоровья необходима только высококачественная, структурно упорядоченная природная питьевая вода.

В соответствии с данными Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ), более 80 % всех проблем здоровья человека определяется качеством питьевой воды. Не может человек быть здоровым, если он пьет некачественную питьевую воду.