

з д о р о в ь е и к р а с о т а

А. Н. Фидирко

СТОЛЕТНИК на ПОДОКОННИКЕ *лечит и дарит силу*



РИПОЛ
КЛАССИК
Москва, 2009

УДК 615.89
ББК 53.59
Ф50

Фидирко, А. Н.
Ф50 Столетник на подоконнике. Лечит и дарит силу /
А. Н. Фидирко. — М. : РИПОЛ классик, 2009. — 64 с. —
(Здоровье и красота).

ISBN 978-5-7905-3968-8

Среди множества замечательных даров природы человек выбирает самые ценные и полезные, те, которые несут ему здоровье. Эта книга расскажет читателю о растении, издавна славившемся своими лечебными свойствами,— алоэ, или, как его называют в народе, столетнике, имеющем множество полезных качеств. В книге предлагаются способы исцеления с помощью алоэ, советы, как приготовить в домашних условиях лекарство из него и как использовать в качестве продукта питания.

УДК 615.89
ББК 53.59

ISBN 978-5-7905-3968-8

© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2008

Введение

В современном мире с каждым годом усиливается стремление людей к употреблению натуральных продуктов. Это относится не только к продуктам питания, но и к лекарственным средствам и даже к материалам, которые используются повседневно в быту. Например, здоровый образ жизни у нас ассоциируется со светлым жилищем, в отделке которого преобладает натуральное дерево, а не пластик; с одеждой из хлопка, шерсти и натурального меха, а не из капрона и нейлона; на своем столе мы предпочитаем видеть суп из свежего мяса, овощи и фрукты со своего огорода, а не концентраты и полуфабрикаты или овощи из теплиц без вкуса и запаха.

Хотя высокие технологии и позволяют удовлетворять современные потребности и получать разнообразные продукты и материалы, выдерживающие проверку на экологическую чистоту, однако они имеют достаточно высокую цену, поэтому доступны далеко не всем.

Столетник относится к таким природным продуктам, которые при своей доступности обладают великолепными целебными свойствами.

Использовать его можно не только как природное лекарство, но и как высокоэффективное косметическое средство, обладающее целым комплексом полезных лечебных свойств.

1

Столетник — гость из пустыни

Из-за внешнего вида алоэ сравнивают, а иногда и путают с разновидностью кактуса, даже не догадываясь, что родственники столетника — тюльпаны и гиацинты. Алоэ, или столетник, относится к надпорядку лилейных (Lilianaе) — старинное арабское название.

Алоэ представляет собой натуральный продукт, который наряду с медом, лекарственными растениями, мумие является чудесным натуральным средством, способным дарить здоровье.

Само же семейство лилейных, как и еще 4 надпорядка и 14 порядков, относится к подклассу лилииды. В надпорядок лилейные также входят 2 порядка — лилейные (Liliales), которые включают в себя семейства лилейные (Liliaceae), асфodelовые (Asphodelaceae) и др.

Лилейные — многолетние (редко однолетние) травы и древовидные растения с цельными листьями и цветками, собранными в соцветия. Тычинки двухклеточные, пыльцевые зерна однобороздные с простой, изредка трехлучевой бороздой. Как правило, у цветка бывает шесть тычинок, но в некоторых случаях может быть пять, четыре и даже меньше.

Семейство асфodelовых состоит из 42 родов и 1500 видов, наиболее распространено в Австралии, Южной и тропической Африке, на Маскаренских островах, Мадагаскаре, в Средиземноморье, Европе, Средней Азии, на Новой Гвинее, в Центральной и Южной Америке, а также на юге Северной Америки.

В семейство асфodelовых входят многолетние травы, древовидные и кустарниковидные растения.

Около половины растений этого семейства — листовые суккуленты. Одной из самых известных является триба алоэвых, куда входит 4 рода и более 600 видов. Большинство растений в этом роде суккулентные ксерофиты — растения, которые имеют толстые, мясистые, как правило вечнозеленые листья, большая часть их состоит из бесцветной паренхимы, которая располагается на плоской узкой хлоренхиме ассимилирующей ткани.

Одним из самых крупных и широко известных родов трибы алоэвых является род алоэ (Aloe), в котором насчитывается около 350 видов. Наиболее богаты разнообразиями алоэ Трансвааль и Капская область, а также Сомали и Эфиопия в тропической Африке, кроме того, острова Сокотра и Макронезия.

Особенно распространено алоэ в районах с жарким и сухим климатом: например, в пустыне Намиб и на севере плоскогорья Намакваленд в Юго-Западной Африке образовались своеобразные алоэвые пустыни и полупустыни.

Многие виды алоэ предпочитают расти в саваннах, на песчаных и каменистых почвах, часто среди крупных камней. Нередко столетник является ландшафтным растением. По своему внешнему виду алоэ очень разнообразны: пре-

Растения алоэ, висящие на стенах домов, могли жить и даже цвести в течение нескольких лет практически без воды.

обладают среди них многолетние травы, но встречаются также древовидные и кустарниковидные, и даже лианы.

У некоторых народов Ближнего Востока с древних времен сохранился обычай вешать столетник над входом в жилище, особенно если дом новый. Раньше это было связано с тем, что растению приписывали магические свойства. Считалось, что алоэ способствует долголетию и процветанию дома и его обитателей. Этот обычай сохранялся в Египте до середины XIX в., однако кое-где существует и в настоящее время.

На древнейшем из всех семитских языков — аккадском — алоэ настоящее обозначалось как *si-bu-ru*, от него и произошло арабское *sabr*, или *saber*, что переводится как «терпение», «выносливость». Теперь словом «*si-bu-ru*» называют густой, упаренный сок, получаемый из листьев алоэ.

Разновидности алоэ

Практически в каждом доме, почти в каждой квартире, где-нибудь на кухонном подокон-

нике стоит симпатичный горшок со столетником. Это многолетнее растение, как правило, передается из поколения в поколение, разрастаясь в большой причудливый куст. Оно цветет, по легенде, раз в сто лет, но при правильном уходе выглядит очень декоративно.

Алоэ древовидное

В домашних условиях обычно выращивают алоэ древовидное (*Aloe arborescens*), суккулентный кустарник, даже в домашних условиях вырастающий до 3 м и более. Родина его — Южная Африка, где культура растет на скалистых склонах гор до высоты 1800 м и на побережье. Прямостоящие ветвящиеся листья внизу покрыты остатками омертвевших листьев. Боковые листья узколанцетовидные, сочные, к верхушке заостренные, по краю с загнутыми вверх шипами, матово-зеленые или сизоватые, длиной до 60 см. В Южной и тропической Африке, в самых засушливых районах, алоэ древовидное цветет каждый год, образуя цветоносы с густыми кистями алых цветков, достигающие в длину до 80 см.

Цветки, собранные в многоцветковое кистевидное соцветие, представляют собой шестичленный трубчатый околоцветник, раздельный почти до самого основания, с листочками длиной до 4 см.

В народной медицине тропических и субтропических стран широко применяются свежие

В Грузии алоэ древовидное выращивают как однолетнее растение. Для того чтобы получить урожай листьев на будущий год, его размножают в августе–сентябре укоренением боковых побегов.

листья алоэ, в России же более распространено применение сока алоэ древовидного.

В домашних условиях алоэ древовидное, выращиваемое в горшках, дает много боковых побегов и хорошо разрастается в высоту. Листья у одомашненного алоэ такие же сочные и узкие, по краям с шипами, в длину могут достигать 20–30 см.

Алоэ пестрое

Еще одна разновидность столетника — алоэ пестрое (*Aloe variegata*) — суккулентное растение высотой до 30 см. Листья располагаются тремя спирально закрученными, плотными рядами на очень коротких стеблях или в прикорневых розетках, мясистые, треугольно-ланцетовидные, килеватые, мелкошиповатые по краю, длиной 10–15 см, зеленые, с неправильными поперечными полосами из мелких белых пятен. Цветки длиной до 3,5 см на цветоносах высотой до 30 см. Розовый околоцветник внутри желтый, снаружи до кроваво-красного или шарлахового с зелеными полосами.

Алоэ складчатое

Кустарник или небольшое дерево с коротким ветвящимся стволом высотой до 3–5 м — алоэ

складчатое (*Aloe plicatilis*). Листья располагаются на концах ветвей в два ряда по 10–16 штук, ремневидные, округлые на верхушке, сочные, длиной до 30 см, шириной 3–4 см, по цвету бывают серо- или сизо-зеленые. Алоэ складчатое встречается в Южной Африке, где оно растет на каменистых склонах гор. Надо отметить что у этой разновидности алоэ засохшие и увядшие листья быстро опадают и оставляют слабый рубец.

Алоэ остистое

Алоэ остистое (*Aloe aristata*) — растение с толстыми листьями, которые собраны в плотные прикорневые розетки диаметром 9–10 см. Широкие листья шириной в основании 1–1,5 см, длиной 8–10 см, на верхушке оканчиваются бесцветной остью. Поверхность листа покрыта белыми мягкими крючковатыми шипами, располагающимися поперечными или продольными рядами. По краю листа располагается хрящеватая зубчатая кайма. Соцветие — слабоветвистая кисть на цветоносе высотой около 50 см. Цветки с трубчатым оранжево-красным околоцветником длиной 4 см.

Алоэ длинно-остистое

Алоэ длинно-остистое (*Aloe longiaristata*) — растение, имеющее зеленые листья. Снизу и по краям листьев располагаются белые шипы, которые создают плотные розетки.

Алоэ широколистное

Алоэ широколистное (*Aloe latifolia*) растет как кустарник. Листья у него широкие и загнутые, окрашенные в зеленый цвет, со светлыми точками и пятнышками, по краям колючие шипы.

Алоэ пятнистое

Алоэ пятнистое (*Aloe vahegata*) — растение довольно низкорослое, но очень красивое, листья у него располагаются словно по спирали, в три ряда.

Алоэ многолистное

Короткие дельтовидные листья южноафриканского многолистного алоэ (*Aloe polyphylla*) образуют отчетливую спираль, поэтому эту разновидность часто называют спиральным алоэ.

Алоэ неустрашимое

Широко распространено во многих районах Южной Африки алоэ неустрашимое (*Aloe ferox*), произрастающее на каменистых почвах с низким травянистым покровом. Этот вид нередко используется как ландшафтное растение, особенно в Капской области. На краях его листьев располагаются твердые шиповидные зубцы. Его цветки очень богаты нектаром, который скапливается у основания столбика цветка.