

Тулси – свещеният босилек

Билката Тулси или още “Свещен босилек” е позната от хилядолетия в традиционната индийска медицина и в Хиндуизма. Ползите ѝ за организма са безбройни и почти няма състояние на болест, за което не би била полезна. Индийците я използват за лек както за тялото, така и за душата и в тяхната страна е много разпространена. Наричат я още „Кралицата на билките“, тъй като участва в редица свещени ритуали. За тях тя е еликсир за живот.

Тулси може да се срещне у нас под формата на таблетки и на чай. Често се приема за успокоение на нервите и ума и в помощ на регенерирането на клетките или подмладяване. Не случайно казвам подмладяване, тъй като Тулси може с редовна употреба да подобри състоянието на кожата, дори да реши кожни проблеми и проблеми с косата. Има позитивен резултат при хронични възпаления, лек антибактериален ефект и подсилва имунната система. Подходяща е за регулиране на кръвното налягане и нивата на захарта.



Съществува и извлек или масло от Тулси, което е силен антиоксидант и добър помощник при респираторни проблеми. Подходящо е при хора със сезонни алергии. Тулси под всякаква форма е хубаво да се приема дори при обикновени настинки и температура, тъй като е богато на витамин А и С.

Приемането на чай от свещения босилек ще урегулира и нивата на киселинност в организма и би попречило на образуването на камъни в бъбреците. Друг полезен съвет за употреба на билката е при проблемни венци и като цяло за устна хигиена. И не на последно място с нея може да се третира място на ухапване от насекомо, както и да действа като репелент.



В най-новите изследвания се посочват способностите на билката Тулси да неутрализира вредните ефекти от свободните радикали и дори да възпрепятства образуването на ракови клетки при излагане на радиация.

Разбира се, предстои модерният свят тепърва да преоткрие за кои актуални проблеми бихме могли да се възползваме от този „свещен еликсир“ на древната аюрведична медицина и култура. Надяваме се да привлече вниманието на повече учени и изследователи.



Каним ви да се насладите на аюрведичните чайове, чиито билкови комбинации са на основата на Тулси и благодарение на „Органик Индия“ достигат от свещената земя до нас – http://organiclifetree.com/catalog/676_category.html

Нека ви запознаем и с богатата селекция аюрведични добавки на „Органик Индия“ – http://organiclifetree.com/catalog/677_category.html

А нашите приятели от [Botalife Bulgaria](https://botalife-bg.com) разполагат с изключително богата селекция от студенопресовани масла, сред които можете да намерите и масло от босилек – <https://botalife-bg.com/wp-content/uploads/maslo-ot-bosilek.pdf>

