

Об авторах

Кристофер Хоббс — ботаник и потомственный травник в четвертом поколении. Его бабушка и прабабушка исцеляли людей с помощью лекарственных растений, а его отец и двоюродный дедушка были профессорами ботаники и обладали обширным опытом работы с лечебными растениями. Кристофер обучался акупунктуре и китайской медицине по Западно-восточной программе акупунктуры Майкла и Лесли Тьерра, в Институте традиционной медицины в Санта-Круз (Калифорния) и в Школе традиционной китайской медицины в Ханьджоу (Китай), где получил лицензию по акупунктуре в 1995 году. В 1989 году Кристофер (вместе с Майклом Тьерра) основал Американскую школу фитотерапии в Санта-Круз (Калифорния) для обучения как профессионалов, так и начинающих безопасному и эффективному применению лекарственных растений. В настоящее время Кристофер занимает должность директора Клиники фитотерапии и акупунктуры Кристофера Хоббса и является ведущим специалистом в Калифорнии по натуральным методам лечения и укрепления здоровья.

В 1985 году Кристофер стал соучредителем Американского общества фитотерапевтов — национальной организации фитотерапевтов-профессионалов; вместе с Дэвидом Уинстоном он является старшим членом приемной комиссии этого общества. В течение семи лет был вице-президентом и членом Совета опекунов Американской ассоциации производителей фитопрепаратов, инициировал выпуск многих национальных продуктов и до сих пор консультирует многие ведущие компании в этой отрасли. В 1984 году он основал компанию *Rainbow Light* и начал выпуск серии травяных продуктов, известных сейчас как системы *Rainbow Light*. В настоящее время он консультирует предприятия фармацевтической отрасли и компании, выпускающие натуральные продукты, а также участвует в работе популярного сайта www.allherb.com, посвященного фитотерапии. Кристофер — член Общества лекарственных растений, Общества прикладной ботаники и Общества народных методов лечения. Он ведет занятия в Йельской и Стэнфордской медицинских школах; преподает в Калифорнийском университете (г. Санта-Круз) и часто читает лекции в качестве приглашенного профессора во многих медицинских школах США, Канады, Австралии и Европы. Статьи Кристофера регулярно публикуются в *Herbs for Health*, *HerbalGram*, *Natural Health*, *Vegetarian Times*, *Let's Live* и других изданиях, посвященных вопросам здоровья. В настоящее время Кристофер входит в правление Американского ботанического совета, является членом Объединения защитников природы, соавтором журналов *Let's Live*, *Herbs for Health* и других изданий. Он — владелец одной из богатейших частных библиотек по лекарственным растениям, включающей более шести тысяч изданий, в том числе и уникальные книги XVI века. В настоящее время

Кристофер много сил отдает работе в *Living Farmacy* — организации, занимающейся защитой и исследованиями полезных растений и обучению натуральным методам лечения.

Элсон Хаас, д-р медицины, на протяжении своей 25-летней медицинской практики внес значительный вклад в развитие так называемой комплексной медицины. Он основал и по сей день возглавляет Профилактический медицинский центр Марина в Сан-Рафаэль (Калифорния), где специализируется на проблемах диетологии и детоксикации организма. Элсон Хаас написал целый ряд книг, посвященных здоровью и правильному питанию.

После окончания Медицинской школы университета Мичиган в 1972 году Элсон проходил дальнейшее обучение в Северной Калифорнии, где и проживает до настоящего времени. После окончания интернатуры продолжал совершенствоваться во многих сферах медицины — диетологии, фитотерапии, восточной медицине, практической физиологии, терапии. Он признается, что когда-то поставил перед собой цель узнать *все* о здоровье и лечении болезней. Более 20 лет назад д-р Хаас объединил в одно целое, то есть интегрировал многие оздоровительные дисциплины в собственную медицинскую философию, которую изложил в своей первой книге *Staying Healthy with the Seasons*, опубликованной в 1981 году и к настоящему времени переизданной уже 22 раза.

Д-р Хаас надеется, что книга *Витамины для чайников*, в создании которой ему довелось участвовать, станет незаменимым помощником для тысяч людей и поможет им укрепить здоровье и достичь долголетия.

Элсон много путешествует и охотно делится своими познаниями со всеми желающими. Его часто приглашают участвовать в теле- и радиопередачах. Он является профессиональным консультантом многих медицинских изданий, включая *Natural Health*, *Women's World* и *Let's Live*. В его последней книге *The False Fat Diet* подробно рассматриваются вопросы пищевых аллергий, а также связь характера питания и избыточного веса. Вместе с женой и двумя детьми Элсон живет на ферме в Северной Калифорнии, где собственноручно выращивает лекарственные растения и разводит животных (лам, уток, морских свинок). Кстати, его кумир — д-р Дулиттл!

Дополнительную информацию о д-ре Элсоне Хаасе и его методах можно получить на сайте www.elsonhaas.com.