

Евгений Божьев



СОВЕТЫ  
ВРАЧА

# КНИГА ЖИЗНИ

ДЛЯ ТЕХ, КТО  
ОТЧАЯЛСЯ НАЙТИ  
ВРАЧЕЙ, КОТОРЫЕ  
МОГУТ ВЫЛЕЧИТЬ



Советы врача

Евгений Божьев

**Книга жизни. Для тех, кто  
отчаялся найти врачей,  
которые могут вылечить**

«Питер»

2018

УДК 615.89  
ББК 53.59

**Божьев Е.**

Книга жизни. Для тех, кто отчаялся найти врачей, которые могут  
вылечить / Е. Божьев — «Питер», 2018 — (Советы врача)

ISBN 978-5-00116-114-1

Евгений Божьев – врач-невролог, остеопат, мануальный терапевт с огромным (более 30 лет) опытом работы. Его уникальные методики самолечения широко известны в Интернете (доктор-божьев. рф) и за его пределами. Ходите в поликлинику как на работу, принимаете гору лекарств, но здоровье не возвращается? Хотите раз и навсегда избавиться от боли и болезней? Желаете вернуть молодость и бодрость? Любой человек в любом возрасте может сохранять свое тело здоровым и послушным – уверен доктор Божьев. Для этого нужно всего полчаса в день, простейшие упражнения и ясное понимание причин и механизмов возникновения боли и развития заболеваний. В книге вы найдете все необходимое для самоисцеления. Техники избавления от конкретных заболеваний, методы снятия болей, общие принципы здоровья. Быть здоровым – просто. Остаться молодым можно в любом возрасте!

УДК 615.89  
ББК 53.59

ISBN 978-5-00116-114-1

© Божьев Е., 2018  
© Питер, 2018

# Содержание

Введение	6
Новая медицинская концепция	8
Как устроен мир и человек	10
Конец ознакомительного фрагмента.	14

**Евгений Божьев**

**Книга жизни**

*Для тех, кто отчаялся найти  
врачей, которые могут вылечить*

Серия «Советы врача»

© ООО Издательство «Питер», 2018

© Серия «Советы врача», 2018

© Божьев Е., 2018

\* \* \*

## Введение

В наше время привычная ортодоксальная медицина, которой обучают врачей в медицинских вузах, доказала свою несостоятельность. Люди, столкнувшиеся с необходимостью ходить в поликлинику или находившиеся на лечении в стационаре, с этим согласятся. Те, кто не согласился с ужасающей действительностью и судят о состоянии отечественной медицины по ТВ-передачам «Здоровье», возмутятся: ведь в XXI веке российские медики осваивают, разрабатывают, воплощают, стольким людям возвращают здоровье... Да, все так, но не совсем, вернее – совсем не так.

Эта книга написана в первую очередь для людей, далеких от медицины, но не безразличных к своему здоровью. Для тех, кто осознал, что не бывает запасных частей тела, которые можно было бы удалить или поменять, чтобы избавиться от боли и болезни. Для тех, кто отчаялся найти врачей, которые могут вылечить. И просто для всех, кому интересно, как устроено наше тело, как можно изменить функции органов и внешний вид, как комфортно жить в своем теле.

Каждый имеет право знать, что может самостоятельно содержать свое тело в хорошем состоянии. И у каждого возникает период в жизни, когда он с прискорбием отмечает: его тело уже не может делать то, что ему с легкостью удавалось десяток лет назад. Но Душа-то по-прежнему остается молодой, и всегда хочется «оторваться по полной». Нам говорят, что в возрастных проблемах виноваты гены, теломеры... И все же кажется, что все это ни при чем, что можно опять стать здоровым и молодым не только Душой, но и телом. И это действительно так! Это не просто возможно, но даже не очень сложно. Хотя, конечно, потребует определенных усилий с Вашей<sup>1</sup> стороны. Под лежащий камень вода не течет!

Эта книга написана также и для врачей, которые хотят реально избавлять людей от заболеваний, а не подсаживать их на пожизненный прием лекарств, как это вынуждает делать современная медицинская система. Для врачей, которые ежедневно сталкиваются с больными людьми, просящими о медицинской помощи. Для тех, кто уже имеет печальный опыт лечения пациентов теми способами и методами, которые предлагает медицинское образование. Для тех, кто не может равнодушно смотреть, как люди мучаются и умирают, кто не привык к людскому страданию и не желает отгораживаться от человеческого горя отговоркой: «Ну что Вы хотите, ведь Вам уже за пятьдесят».

Эта книга для врачей, убедившихся в том, что фармакотерапия превратилась из метода лечения в бизнес, убивающий и калечащий людей. Для тех, кто хочет помочь своим пациентам и ищет методы, которые могут это сделать. Для тех, кто понимает, что надо лечить не следствие, а причину.

Чиновникам от медицины эта книга будет бесполезна и даже вредна. Потому что здесь будет рассказываться о том, чему не учат врачей в медицинских вузах. О том, что давно известно и изучено разными науками, но либо благополучно забыто, либо проигнорировано системой медицинского образования под тем предлогом, что устарело, а на самом деле просто не соответствует имеющимся догмам и интересам фармкомпаний.

Эта книга разрушает многие привычные устоявшиеся взгляды на развитие заболеваний. И это делается не для эпатажа, а потому что «практика – критерий истины». И если врач, основываясь на определенном представлении о развитии и течении заболевания, не может его вылечить, значит, его представление неправильное.

Взгляды на развитие и течение заболеваний, изложенные в этой книге, явились результатом огромного опыта (более 30 лет) практической работы с людьми, обращающимися за меди-

---

<sup>1</sup> В книгах доктора Божьева обращение «Вы» всегда пишется с заглавной буквы: это дань уважения читателю.

цинской помощью. А также изучения работ физиологов прошлого столетия, которые исследовали причины возникновения и механизмы образования большинства имеющихся недугов.

В этой книге рассказывается, как устроено наше тело, как оно работает, по каким законам функционирует, что надо делать, чтобы быть здоровым. Объясняется, что такое старость, с чем связаны возрастные болезни, как самому от них избавиться и сделать тело послушным и здоровым в любом возрасте. А также даются техники избавления от конкретных заболеваний.

Методы снятия болей частично рассматривались в предыдущей книге: «Боль. Откуда боль берется. Как самому боль убрать». Здесь эти методы будут рассмотрены подробнее.

## Новая медицинская концепция

*(Только для врачей; всем остальным можно пропустить этот раздел)*

Господствующая в современной медицине концепция базируется на представлении, что биохимические изменения в организме человека являются и причиной, и патогенетическим механизмом развития заболеваний. Именно через призму биохимических изменений рассматриваются все человеческие недуги. Исходя из этого строится и лечение заболеваний. Раз болезнь вызывается биохимическими изменениями, то и лечение логично проводить путем восстановления биохимических показателей организма.

Именно эта концепция привела к откровенному перекосу в медицине, когда врачи не представляют себе иного лечения заболевания, кроме назначения лекарственных препаратов. Именно она стала причиной бурного развития фармкомпаний и породила ситуацию, когда не наука, а фармкомпаний задают направление развития всей медицины. Когда врачей учат не лечить, а назначать лекарства. Когда целью здравоохранения стал не здоровый человек, а человек, пожизненно принимающий горы лекарственных препаратов.

Печально, что все, в том числе и врачи, и руководители здравоохранения, настолько привыкли к сложившейся ситуации, что считают ее естественной. Парадоксальность этой ситуации просто не замечается. Но если здраво мыслить, разве государству не нужны здоровые люди? Действительно здоровые, а не поддерживающие свое существование с помощью химических препаратов? Разве не очевидно, что столь безудержное применение фармакологических средств влияет на генотип населения?

На наших глазах происходит нарушение нормальной работы иммунной системы у всего населения. И это неудивительно, если вспомнить, что в организме человека есть факторы защиты от проникающих чужеродных веществ, а прием любых препаратов неизбежно разрушает эти факторы. Чтобы подействовать, фармпрепарат должен дойти до точки своего приложения, разрушая стоящие на его пути защитные механизмы. Поэтому частый прием даже самых безобидных, казалось бы, препаратов (например витаминов) разрушает иммунитет.

Но медицина, основанная на фармакологическом «лечении», делает вид, что этого не знает. Потому что фармкомпаниям не выгодно уменьшать производство. Именно поэтому альтернативные способы воздействия на здоровье человека остаются в тени и не развиваются. И для официальной медицины как будто не существуют.

Такое положение дел в медицине не может устраивать население государства. И тот факт, что простых людей приучили к такому «лечению», не является причиной для того, чтобы оставить это безобразие как есть.

Есть ли альтернатива? Есть! Предлагаю новую медицинскую концепцию, направленную не на предоставление финансовой выгоды частным компаниям, а на действительное оздоровление населения страны. Огромным плюсом новой концепции является то, что она позволяет в десятки раз уменьшить финансирование здравоохранения при значительном улучшении здоровья людей.

Сутью новой концепции является иное понимание причин и механизмов возникновения заболеваний. Его соответствие действительности проверено веками и многими поколениями. Основывается эта концепция на *балансе*.

Дело в том, что любая биологическая система, и организм человека в том числе, является системой не статической, а динамической. В человеческом организме внутренняя среда постоянно меняется. Изменения подчинены многим циклам и похожи на раскачивание маят-



ника. Сначала сдвиг идет в одну сторону, затем в другую. Заболевание возникает, когда сдвиг происходит лишь в одну сторону. Это и есть болезнь.

Наше тело и все его части постоянно находятся в движении. Даже когда спим, мы дышим, сердце сокращается и расслабляется, кровь движется по сосудам. Движение начинается задолго до нашего рождения и продолжается до самой смерти. Именно движение поддерживает в теле жизнь.

Ни для кого не секрет, что движение осуществляется с помощью мышц. Мышцы бывают различные: мимические, скелетные, сердечные, в сосудах и кишечнике и т. д. Но все они обладают общим свойством: способностью сокращаться и расслабляться.

Мышцы составляют больше половины массы человеческого тела. Именно за счет мышц мы передвигаемся, видим, говорим, слышим, едим, перевариваем пищу, продолжаем свой род. Вообще все, что мы делаем, мы делаем с помощью мышц. Они являются основой существования нашего тела. Но они же являются и самыми основными источниками наших проблем. Мышцы способны ограничивать наши движения, нарушать пищеварение, дыхание, сердечную деятельность и т. д. Практически все болезни связаны с нарушением деятельности мышц. А когда нарушается мышечная работа? Когда нарушается баланс.

Мышца должна сократиться и расслабиться. Мы же все усердие сосредоточиваем на сокращении, забывая про расслабление. Стрессы опять-таки сокращают мышцы – и в итоге мы получаем постоянное мышечное напряжение. Оно не только изменяет форму тела, нарушает походку, затрудняет движения. Оно еще и нарушает работу внутренних органов, которые ассоциированы с определенными мышцами. Оно нарушает энергетические потоки в нашем теле, вызывая энергетическую разбалансировку, что тоже отрицательно влияет на состояние организма.

В состоянии мышечного напряжения находятся почти все люди после сорока лет, а многие и гораздо ранее. Чтобы выйти из этого патологического состояния, не надо пить кучу лекарств, нужно снять мышечное напряжение, восстановив тем самым баланс в организме.

Если на уроках физической культуры в школе не заниматься ерундой, а научить детей этой самой физической культуре: тому, как работает наше тело, как оно устроено, по каким законам функционирует, как поддержать его работоспособность до самого преклонного возраста, – то и больных станет много меньше (ибо болеть будут только лентяи), и штат медицинских работников можно будет во много раз сократить, и половину лечебных учреждений закрыть. Потому что поддерживать себя в полном здравии каждый человек может самостоятельно, не прибегая к услугам врача и приему лекарств.

В новой концепции есть одно существенное «НО»: убытки фармакологической мафии. Если сделать то, что предлагается, девять из десяти фармкомпаний можно будет закрыть за ненадобностью. Поэтому наша медицина никогда не перейдет на новую концепцию...

## Как устроен мир и человек

Мы живем в разумно устроенном мире. Все в нем логично и закономерно. Во всем абсолютно прослеживается четкая и налаженная система. Уже этот очевидный факт свидетельствует о том, что наш мир не самообразовался путем случайных многократно повторенных слияний молекул и атомов. Этот мир создан кем-то или чем-то очень продуманно и закономерно. Все в нем, от атомов до звездных систем, подчиняется определенным правилам, все работает по одним и тем же законам. Это законченная, великолепно сбалансированная система. И Творец, создавший этот мир, продумал все до мелочей, до самого последнего винтика этой системы.

Если это так, логично предположить, что и человек в мире рождается не просто так, не волей случайно слившихся яйцеклетки и сперматозоида. Его рождение имеет определенный смысл.

В моем представлении Душа человеческая практически бессмертна. Как и все в этом мире, она постоянно развивается. Многократно воплощаясь в человеческом теле для обучения, она решает определенные задачи, поставленные перед ней в каждом воплощении. Как в школе: в первом классе мы учимся читать, считать, писать, думать, потом решаем задачи на сложение-вычитание, затем – на умножение-деление... А в старших классах работаем с функциями, лимитами и логарифмами. Обучение идет постепенно, с усложнением задач развиваются и наши способности. Так и Душа, переходя из воплощения в воплощение, накапливает огромный опыт, учится быть лучше, чище, светлее.

Думаю, что этих воплощений Души в теле не одно, их много. Потому что за одно воплощение просто невозможно развить в себе множество необходимых положительных качеств. Поэтому мнение, что человек живет всего раз, а потом его душа сидит, ничего не делая, не развиваясь, а только лишь блаженствуя (или страдая), слишком глупо и не может соответствовать действительности. Все в мире развивается. «Застой» в развитии Души после смерти тела был бы нелогичным в нашем логично устроенном мире. Поэтому, полагаю, воплощений много, и в каждом Душа развивается, накапливая в себе хорошие качества и избавляясь от плохих.

После избавления от всех негативных свойств, видимо, поскольку уже нет смысла в воплощениях, Душа переходит на качественно иной уровень развития: как бы после школы поступает в институт. Она перестает воплощаться в людском теле, становясь «ангелом». Отсюда и происходит поговорка «люди – не ангелы», говорящая о том, что только после избавления от негатива человек переходит на новый, ангельский этап развития души, уже не воплощающейся более в человеческом теле.

Значит, смысл человеческой жизни – выучить определенные уроки, поставленные перед Душой в нынешнем воплощении, развить в себе определенные качества и избавиться от некоторых недостатков. Для оптимального решения этих задач Душе подбирается подходящее тело и условия рождения: место, время, родители, социальное положение, быт, нравственность, окружение... Все это – инструменты для решения поставленных задач. Поскольку у каждой Души задачи свои, то и тела, и условия рождения у всех нас разные.

В этом смысле равенства нет и быть не может. Каждому свое. Кто-то рожден во дворце, кто-то – под забором. Кому-то дано здоровье, кому-то – врожденные болезни. Но все мы – Души, рождающиеся для выполнения своих задач, и в этом смысле мы равны. Нет людей плохих или хороших, есть только равные друг другу Души, выполняющие разные задачи и потому находящиеся в разных условиях. Именно поэтому кто-то копается в урне в поисках окурков, а кто-то пишет стихи; кто-то строит людям дома, а кто-то создает бомбы, их разрушающие.

Поскольку Душа принадлежит тонкому миру, а работать ей предстоит в плотном материальном мире, ей дается инструмент, с помощью которого она может выполнять свои задачи в

плотном мире, – тело. Другая подходящая аналогия – скафандр для выполнения глубоководных работ. Или своего рода биоробот, с помощью которого работает Душа. Он, конечно, может функционировать и сам по себе, если Душа его бросит, ибо является самонастраивающейся и саморегулирующейся системой материального мира. Но поскольку тело дается Душе, она и находится в нем до самой смерти этого тела и, образно говоря, привязана к нему. И если Душа хочет, чтобы ее пребывание в теле было до конца дней комфортным, она должна заботиться о нем, поддерживать его в работоспособном состоянии и правильно им управлять.

Инструмент, которым работаешь, надо чистить, смазывать, ухаживать за ним, чтобы он оставался работоспособным. Пока мы молоды и наш «инструмент» новенький, мы не чувствуем необходимости заботиться о нем: он и так работает хорошо. Но с возрастом тело начинает «ржаветь», и после сорока лет уже требует ежедневного ухода, иначе становится неработоспособным.

Надо сказать, что достаточно часто чужеродные сущности пытаются занять место Души в нашем теле. Иногда успешно. Практически все психиатрические болезни связаны с внедрением в тело иных сущностей.

С точки зрения взаимоотношений Души с телом можно сказать, что все болезни возникают в двух случаях. Во-первых, если Душа игнорирует тело, забыла о нем, и оно работает само по себе, автоматически, не управляемое Душой. И во-вторых, когда Душа, наоборот, как плохой начальник, слишком тщательно, мелочно и дотошно начинает вникать и вмешиваться в работу тела. Оба эти случая представляют собой крайности в работе Души с телом и приводят к возникновению заболеваний тела, от которых страдает и Душа, ибо она привязана к телу до его смерти.

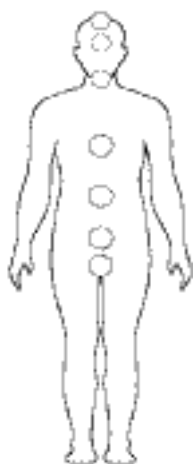
Вот вкратце мои представления о том, откуда берется наше тело, зачем оно рождается и что с ним делать. Теперь немного о том, как оно устроено.

Наше тело представляет собой не только то, что мы видим глазами. Оно состоит из нескольких тонких тел и плотного тела. В разных местах Земли по-разному называют эти тела. Я буду пользоваться наиболее удобной для понимания терминологией и перечислю тела в порядке увеличения их плотности:

- *буддическое* (сама Душа),
- *кармическое* (тело предыдущих наработок Души),
- *ментальное* (тело мыслей, мышления),
- *астральное* (тело эмоций, чувств),
- *эфирное* (энергетика),
- *физическое* (то тело, которое мы видим).

Эфирное и физическое тела настолько тесно связаны друг с другом, что уместно их объединить в одно – плотное тело. Это важно, так как, воздействуя на физическое тело, можно менять энергетику, и, наоборот, воздействуя на энергетику, – влиять на физическое тело.

В местах, где физическое тело становится более напряженным или уплотненным, возникают энергетические заторы – пробки, или энергетические блоки. Это происходит потому, что энергия поступает в наше тело не из пищи, как пытается внушить нам современная медицина, а от Солнца через специальные энергетические подстанции (на Востоке их называют *чакрами*), преобразуясь в них (чакры – не только приемники, но и трансформаторы энергии).



Затем преобразованная энергия разделяется на два энергетических канала: левый (*Ида*, условно называется женским), и правый (*Питала*, условно называется мужским). В Иду течет энергия *Инь*, а в Пингалу – энергия *Ян*.

Не обязательно запоминать незнакомые названия, достаточно понять, что в левом и правом каналах течет энергия, противоположная по своим свойствам. Как плюс и минус. Инь характеризуется холодом, влагой и пассивностью. А Ян – теплом, сухостью и активностью. Это проявление знаменитого постулата о единстве и борьбе противоположностей. На Востоке он формулируется более подробно: «Избыток Инь ведет к увеличению Ян, а избыток Ян ведет к увеличению Инь». Наглядным примером проявления этого постулата является маятник.

Смысл вышеизложенного в том, что весь мир состоит из противоположностей: день и ночь, тепло и холод, белое и черное, мужчина и женщина, верх и низ... Эти противоположности вроде бы борются друг с другом, но никогда не могут победить друг друга. Они вместе необходимы для развития, ведь любое развитие происходит только благодаря их борьбе. Поэтому ни одна из противоположностей никогда не может и не сможет победить другую, ибо тогда мир остановится: прекратится борьба, развитие, а это невозможно, исходя из определения, что мир вечен. Поэтому все разговоры о победе добра над злом или наоборот – просто непонимание устройства мира.

Из каналов Ида и Пингала энергия растекается по энергетическим каналам – *меридианам*. Существует 12 парных меридианов (легких, толстой кишки, желудка, селезенки, сердца, тонкой кишки, мочевого пузыря, почек, перикарда, тройного обогревателя, желчного пузыря, печени) и 2 непарных – переднесрединный и заднесрединный. В каждом меридиане энергия течет в определенном направлении, переходя из меридиана в меридиан. Направление тока энергии достаточно индивидуально, поэтому требует тестирования в каждом конкретном случае. Но в непарных меридианах направление всегда постоянно: в переднесрединном энергия течет снизу вверх, а в заднесрединном – сверху вниз.

Из меридианов энергия растекается по всему телу через сеть более мелких каналов, называемых *Нади*. Управляется ток энергии в меридианах так называемыми «чудесными сосудами»: каналами, по которым течет энергия. Поэтому нарушение меридианных потоков всегда связано с разбалансировкой в чудесных сосудах.

Энергетическое тело несколько больше физического, поэтому на энергетику можно воздействовать, не притрагиваясь к телу. Но можно и касаться – это равноценно.

Я так подробно останавливаюсь на устройстве эфирного тела потому, что все болезни развиваются либо на кармическом уровне (уровень Души), либо на ментальном (уровень мыслей), либо на астральном (уровень эмоций). Но реализация этих заболеваний в физическом теле происходит через изменения эфирного тела, то есть энергетики. Убирая изменения на

уровне энергетики (это несложно), можно предотвратить развитие болезни в физическом теле. И это не теория: мои слова подкреплены многолетней практикой. Восточная медицина практически не работает на уровне физического тела: она устраняет проблемы на уровне энергетики. Что подтверждает справедливость моего утверждения: предотвратить развитие заболевания возможно. Но это требует ежедневной работы.

Идем дальше. Физическое тело состоит из опорно-двигательной системы, системы управления, внутренних органов и внешней оболочки.

*Опорно-двигательная система* — это тот каркас, который позволяет нам изменять свое положение в пространстве и формирует наш внешний облик. Он состоит из костей, которые двигаются друг относительно друга с помощью мышц, а фиксируются друг с другом связками и суставными капсулами – оболочками суставов.

Сустав – это место соприкосновения двух или нескольких костей, в котором происходит их смещение (движение) относительно друг друга с помощью мышц. Все мышцы прикрепляются одним концом к одной кости, а другим концом – к другой. Мышечная работа заключается в напряжении и расслаблении. При напряжении мышца приближает кости друг к другу, при расслаблении дает возможность им разойтись. В каждом суставе существует несколько направлений возможных движений, как минимум два: сгибание и разгибание. Возможны еще вращение, приведение, отведение и др. Эти движения осуществляются с помощью разных мышечных групп, каждая из которых совершает определенный вид движения.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.