



Елена  
Чижмина

# ОНКОКЛЕТКИ, ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ!

Для продвинутых  
пользователей телом

12+

Елена Чижмина

**Онкоклетки, добро пожаловать!**

«ЛитРес: Самиздат»

2018

## **Чижмина Е. В.**

Онкоклетки, добро пожаловать! / Е. В. Чижмина — «ЛитРес: Самиздат», 2018

В 1997 году издана автобиографическая повесть Елены Чижминой «Я победила рак!», где автор поделилась своим опытом преодоления онкозаболевания. «Онкоклетки, добро пожаловать!» - вторая книга автора. Это единственное в мире межпредметное исследование, проясняющее причины онкологии, аутоиммунных и прочих болезней цивилизации. Современные недуги рассматриваются с помощью науки об управлении. Природный механизм, предохраняющий нас от всех напастей — саморегуляция или автоматическое управление. Как возникает сбой саморегуляции и как «взять управление в свои руки» рассказывается в книге «Онкоклетки, добро пожаловать!» Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста

## **От автора**

Если задача не решается в какой-то системе – надо выйти за пределы этой системы, медицины в частности. "Онкоклетки, добро пожаловать!" – это попытка понять болезни Цивилизации с точки зрения науки об управлении (кибернетики). Идеи витают в воздухе: все знания, необходимые для объяснения причин болезней Цивилизации, давно имеются. Я просто собрала пазл, опираясь на опыт осмысленного управления своим организмом в течение почти 40 лет.

В детстве я была послушной и не сломала ни одной игрушки. В результате боюсь даже примитивной техники. Сын разбирает все подаренные ему машины, простые и заводные, с пультом управления и без. Первый свой ноутбук он разобрал на следующий день. Он умеет ремонтировать технику.

Что касается здоровья, опыт я обрела благодаря своему «разобранному» состоянию. Осознание того, что придётся собирать себя самой пришлось после того, как саморегуляция была сломана не только болезнью, но и медицинским вмешательством: двумя операциями, облучением, химиотерапией, удалением селезёнки. В ходе «сборки», растянувшейся практически на всю жизнь, я не только совершала понятные ошибки, но и «ходила туда, куда нельзя». Словом, мне есть, чем поделиться.

## **Первая часть**

### **Управление и онкология**

#### **Кибернетика – наука об управлении**

Помню своё первое чувство от общения с компьютером – ощущение Творца. Когда тебя слушается и понимает такая умная машина. При этом легко забыть, что природу вокруг и самих себя мы не создавали. Все потрясающие человеческие открытия подсмотрены у Природы. Кибернетика и компьютер возникли как итог изучения механизмов управления в живом организме. Используемая людьми идея передачи информации с помощью лучей – принцип внешнего управления по отношению ко всему сущему на Земле.

Мы знаем так много и гибнем от болезней, которые уже осознаны как плата за прогресс. Сами врачи называют их болезнями Цивилизации – сердечно-сосудистые, диабет, астму, онкологию, болезни иммунитета и прочие. Но причины этих недугов остаются тайной.

Почему медицина, при всех успехах в преодолении, не знает причин новых болезней? Врачебная наука изучает человека как материальное тело, сумму органов и систем. Принцип – лечить больного, а не болезнь – ничего не меняет. Методы медицины – от механического воздействия на проблемные зоны до воздействия на определённые участки мозга, руководящего этими зонами – всё равно не выходят за пределы понимания человеческого организма как тела, наделённого психикой.

Все болезни Цивилизации связаны с поломкой саморегуляции и требуют принципиально иного подхода. Наука об управлении основывается на том, что мир – это не только материя, но ещё – энергия и информация. И наше тело, и пища – в том числе.

#### **Что такое самоуправление?**

Всё, что происходит в нашем организме, происходит под контролем управления. Кибернетики под этим подразумевают центральную нервную систему (головной и спинной мозг). Физиологи говорят о взаимодействии трёх систем – центральной нервной системы, эндокринной (железы внутренней секреции) и иммунной (тимус, костный мозг, селезёнка, лимфатические узлы).

Управление непрерывно собирает сведения о внутреннем состоянии системы, об условиях внешней среды, обрабатывает эти сведения и координирует работу отдельных органов, поддерживает постоянную температуру, давление, уровень сахара и углекислоты в крови и т. д. Самоуправление – автоматическое управление, данное каждому от природы.

Нетрудно сделать выводы. Диабет, при котором «ползёт сахар», гипертония со скачками давления – это болезни управления. Аутоиммунные заболевания, когда лейкоциты-охранники, вместо защиты от чужих, расправляются со своими собственными клетками – из того же ряда. При онкологии в организме плодятся изменённые клетки, а иммунитет вообще никак не реагирует: управление «не замечает» рак.

### **Как мы управляемся**

Каждый из нас – электрическая система. Существование животного электричества открыл в 1791 году профессор анатомии в Болонье Луиджи Гальвани. В середине 30-х годов XX века Александр Чижевский провел в институте имени Склифосовского замеры электрозаряда срезов тканей тела. Оказалось, что максимальный электрический потенциал живое существо получает в момент зачатия, и уже в утробе матери, по мере развития плода, начинается падение этого потенциала. Доктор физико-математических наук Лидия Галль считает: то, что подразумевается под словом «биополе», не что иное, как сумма физических полей, которые генерирует человек в процессе своей жизнедеятельности. Наиболее интенсивное поле, излучаемое человеком – тепловое, или инфракрасное. «Среднестатистический человек греет окружающий его воздух как электролампа в сто ватт. Движение заряженных эритроцитов по сосудам тела приводит к появлению магнитных полей... Фибрилляция мышечных волокон приводит к появлению ультразвукового (акустического) излучения, а белковые молекулы живых клеток генерируют СВЧ-электромагнитное излучение... Оптические эффекты живого тела (видимая аура) обязаны своим происхождением биолюминесценции белковых молекул...» (Галль, Л. Биоэнергетика – магия жизни. – М: АСТ; СПб: Астрель – СПб, 2010)

Нас окружают физические поля разной природы. Наша жизнь проходит под постоянным воздействием космофизических факторов, без них немислима. Эти влияния можно условно разделить на «привычные» (смену дня и ночи, времён года), которые действуют в течение всего времени возникновения и развития жизни на Земле и отражаются в биоритмах всех организмов. И «неожиданные»: хромосферные вспышки на Солнце с последующим откликом на них всего живого. Космофизические изменения могут вызвать и положительные реакции (подъём активности, хорошее настроение и т. д.), но могут вызвать стресс у человека с плохой саморегуляцией. Как скачок напряжения в сети, приводит к поломке незащищённых электроприборов, так и скачок в активности Солнца может вызвать гибель ослабленного человека, по мнению Александра Чижевского. Связь пятнообразования (нетепловое воздействие Солнца) с жизнью на Земле доказана А. Чижевским и не подвергается сомнению в научном мире.

Другие исследования показывают управляющую роль земного ядра в процессах, происходящих на поверхности планеты (Сергей Неручев «Уран и жизнь в истории Земли». – 1990; Лев Юдасин «Перипетии жизни». – М. Знание. 1991) – и это тоже воздействия через физические поля.

К **внешним** энерго-информационным потокам также относятся потребляемая нами вода и пища. Здесь их материальная составляющая уступает по важности энергоинформационной.

Какие **внутренние** энергоинформационные потоки управляют жизнью организма?

В момент зачатия, когда хромосомы матери и отца сливаются, зародыш получает всю информацию и весь энергетический потенциал, который может дать ему Природа.

Без участия сознания человека происходят и все процессы на молекулярном уровне внутри его клеток. Управление жизнью клетки осуществляется из её ядра, содержащего хромосомы – носители наследственной (генной) информации.

В течение человеческой жизни **материализуется программа, заложенная в геноме.**

Любые помехи на этом уровне ведут к тяжелым последствиям. Мы знаем срок созревания плода в чреве матери, знаем, когда у ребенка появятся первые зубки, и никто не пугается, когда они начинают выпадать – по программе развития человека вырастут новые, постоянные. Известно, что вторичные половые признаки начинают проявляться у девочек раньше, чем у мальчиков, никого это не удивляет, и т.д.

Второй внутренний информационный поток – это **зеркало главных внешних изменений**: смены времён года и суточных изменений. Открытия С.Шноля и других учёных доказывают существование внутренних «биологических часов» (датчиков), встроенных в живые клетки. Любое живое существо обитает в постоянно изменяющейся среде. День сменяется ночью, холод – теплом, меняются сезоны, влажность и количество солнечной радиации. Получив информацию (то есть сведения об изменениях), управляющие системы подстраивают работу организма под изменившиеся условия, причём – с упреждением. В этом и заключается саморегуляция организма, или поддержание динамического равновесия.

**Через энергоинформационный поток осуществляется управление организмом.**

Информация – это сигналы, сведения, сообщения, которые получает система из окружающего мира или из внутренней среды.

Тема данного исследования – взаимодействие внешних и внутренних информационных потоков, обеспечивающих эффективный процесс управления в организме.

### **Средства исследования**

Ни одна узкоспециализированная наука не разрешит поставленных здесь задач, и не даст адекватную методологию. Решение находится в межпредметном пространстве и кибернетика, охватывающая различные сферы – и биологию, и технику, и человеческое общество, послужит нам наиболее эффективно, так как изучает управляющие связи в объекте, абстрагируясь от содержания управления.

Опираясь на открытия серьёзных учёных, я иду путём натуралиста, сделав из своего тела инструмент познания мира. Шутят, что наука – это удовлетворение собственного любопытства за счёт государства. Соответственно, есть ограничения и цели, поставленные не тобой. В моих поисках меня никто не ограничивал, только чувство долга по отношению к близким. Но это скорее помогало миновать крайности.

### **Предмет исследования**

Смертельные болезни отличаются нарушением управляющих функций организма. Для борьбы с недугом в этих случаях необходимо заменить сломанный автопилот ручным управлением, взять управление под контроль разума. А для этого – необходимо построить природоподобную модель процесса управления в организме, учитывая главные факторы, влияющие на процесс извне и изнутри.

### **Гипотеза**

Сбой управления в организме происходит по многим причинам, среди которых важнейшая – конфликт информационных потоков. Управление, сбитое с толку недостоверной информацией, измученное обрывом управляющих связей, не только не препятствует болезням, оно им попустительствует, а иногда и само открывает двери врагам.

### **Пусковые механизмы болезней**

Когда умер мой папа, словно повернулось огромное колесо, где я тоже прикреплена – я увидела край жизни, который раньше закрывал мой отец. На тот момент мне удалось избавиться от онкологии, родить сына – я казалась себе очень сильной. После похорон ещё месяца два плакала, когда никто не видел, не могла нормально есть... Всё это происходило помимо

моей воли... Через два месяца у меня начались жуткие рези в желудке... Стало ясно, что я ничего не знаю о жизни и смерти, да и о здоровье тоже...

Часто пусковым механизмом самых опасных болезней оказывается психическая травма, особенно потеря близких – супруга, родителей, ребёнка. Невидимая связь рвётся, и нервная система даёт сбой. **То есть, одним из самых опасных факторов для человека оказывается невидимый, неосязаемый энергоинформационный удар**. Для ребёнка таким неочевидным событием может стать развод родителей. На детей влияет более любовь родителей друг к другу, чем каждого из них, по отдельности, к чаду. Их связь словно сфера, кокон, в которой созревает будущий человек. Если она разрушается, ребёнок может подсознательно чувствовать себя незащищённым и несчастным, несмотря ни на какие материальные блага.

Физические травмы тоже могут стать причиной последующих, более тяжёлых заболеваний, онкологии, например. Что происходит, если повреждается какой-либо участок ткани?

После экстренной помощи (включение механизмов свёртывания крови), необходимо восстановить разрушенную ткань. Управление разрешает ремонтные работы – ускоренный рост новых клеток.

При повреждении мозга рубец образуется из глиальных клеток. Сами по себе глиальные клетки – упаковочный материал нервной системы. Их в 10-20 раз больше, чем нервных. Они одевают, как футляром, нервные клетки и участвуют в соединении их друг с другом. Стоит поранить какой-нибудь участок мозга, как глиальные клетки начинают быстро делиться и образуют рубец, замещающий нервную ткань.

**В процессах саморегуляции организма важно не только включение, но и своевременное выключение функций.** А если сигнала отбоя нет? Клетки продолжают делиться и образуют опухоль. Почти все злокачественные опухоли головного и спинного мозга образуются глиальными клетками.

Воспаление – также опасный момент.

Воспаление, как и регенерация тканей, может привести к опухолевому процессу: для всех трёх явлений характерна высокая гликолитическая активность.

Дыхание имеет две ступени: гликолиз и кислородный этап.

Гликолиз – процесс очень сложный. Это процесс расщепления глюкозы под действием различных ферментов, который не требует участия кислорода. При гликолизе одна молекула глюкозы дает возможность синтезировать две молекулы АТФ.

На кислородном этапе дыхания продукты расщепления глюкозы попадают в митохондрию. Дыхательная цепь позволяет довести «выход» молекул АТФ с каждой молекулы глюкозы до 38. А ведь при гликолизе это соотношение было лишь 2:1. Таким образом, коэффициент полезного действия аэробного дыхания намного больше.

Немецкий биохимик Отто Варбург ещё в 1931 году получил Нобелевскую премию по медицине за открытие главенствующей роли глюкозы в жизни раковых клеток. «Рак в отличие от других заболеваний имеет множество вторичных причин возникновения. Но даже для рака есть основная причина. Грубо говоря, это замена дыхания с использованием кислорода в теле нормальной клетки на другой тип энергетике – ферментацию глюкозы», – говорил Варбург в своей нобелевской лекции.

До появления кислорода в атмосфере, на Земле существовали одноклеточные организмы, жившие без кислорода, за счёт гликолиза. Обратный путь дифференцировки высококоразвитых соматических клеток проявляется в процессе возникновения рака. Из-за морфологической неполноценности энергии гликолиза высококоразвитые соматические клетки превращаются в одинаковые, беспорядочно растущие клетки раковой опухоли.

Варбург назвал ещё одну причину опухолевого процесса: под влиянием рентгеновского облучения гибнут митохондрии, отвечающие за дыхание.

**Рентгеновские, как и все другие виды искусственных лучей, вторгаются в святая святых организма – управляющие процессы, ибо все они регламентированы и корректируются с помощью физических полей.** Лучи повреждают не столько клетку – они действуют на более высоком уровне – на центральную нервную и эндокринную системы.

Иногда вредными оказываются не только искусственные, но и естественные лучи – в перевёрнутых обстоятельствах, благодаря человеческому «всемогуществу».

Рассмотрим нередкий в наши дни пусковой механизм – называется: «съездили, отдохнули». Как уже говорилось, организм точно знает, какая погода за окном и какая будет в обозримом будущем. Нервная система заранее готовит тело и к потеплению, и к похолоданию. И вдруг российский житель решает встретить Новый год в Египте и берёт двухнедельный тур. Самолёт, и пожалуйста в лето. В организме переполох: срочно переустанавливается программа управления. Теперь, оказывается, обогрева надо меньше, а воды – больше, солнце-то всюду греет, а на родине – снег лежит. Дней за десять обмениваются клетки крови, подтягивается к новым задачам печень... Около двух недель происходит адаптация. А тур закончился, самолёт – и снова зима. Едва опомнившись управлению предстоит новая перестройка. Щёлк, щёлк – компьютер завис....

За скобками оставляю такие провоцирующие факторы, как алкоголь и курение. Без сомнения, они опасны, но я не включаю их в список причин болезней, чтобы не тратить время на доказательство очевидных вещей.

Надо сказать, что не у каждого вследствие травмы образуется рак, не каждое воспаление оборачивается серьёзной болезнью, и не каждая поездка на юг ведёт к сбою управления. Но в организме со слабой саморегуляцией может случиться всё, что угодно. Профессор Петтенкофер из Мюнхена на спор с Кохом выпил содержимое пробирки с самой ядовитой культурой холерных вибрионов – и не заболел. Он доказывал, что дело не в микробах, а в личной предрасположенности.

В 1984 году доктора медицинских наук, известные онкологи Б.Шубин и Ю.Грицман выпустили книгу «Люди против рака», серьёзнейшее и всестороннее исследование в популярной форме. Рассматривая все теории рака, они ни одной не отдают предпочтения, в том числе и открытию О.Варбурга. Не найдя никаких принципиальных отличий между опухолевой и здоровой клеткой, доктора говорят об отсутствии регуляции, которая ведёт к катастрофе. «Опухолевые клетки теряют связь с тормозящими системами и размножаются без нужды для организма, принося ему вред, в принципе, по биохимической структуре не отличаясь от здоровых». Б.Шубин и Ю.Грицман приходят к выводу о необходимости изучения «всех систем, поддерживающих внутреннюю среду организма»: эндокринной, нервной, иммунной. То есть они призывают к изучению управления организма!

### **Органы самоуправления**

Работу трёх управляющих систем (нервной, эндокринной, иммунной) можно сравнить с управлением государством.

Президент – кора головного мозга, высший отдел нервной системы – осуществляет внешнеполитические связи и определяет внутреннюю политику.

Правительство – эндокринная система – занимается внутренними делами. Состоит из министров – желёз внутренней секреции (щитовидная, паращитовидная, половые, кора надпочечников, островки поджелудочной, секретирующие инсулин). Гипофиз – премьер-министр. У гипофиза нет самостоятельного выхода на внешнюю среду, он получает указы от гипоталамуса (часть центральной нервной системы, высший вегетативный центр)

Силовые структуры – иммунитет – борются с внешними врагами (холод, микробы) и внутренними (клетки-уроды, больные клетки). Каждая 10-я клетка в нашем организме занята иммунологическим надзором.

### **Почему слабеет саморегуляция?**

Считалось, что саморегуляция слабеет с возрастом, и со старостью сцеплены такие болезни как атеросклероз, гипертония, диабет тучных, рак и другие. Но последние десятилетия показали, что все эти болезни стремительно молодеют. Следовательно, на всех живущих действует комплекс причин, скорей всего, связанных с лавинообразным развитием Цивилизации. Чтобы понять, каким образом Цивилизация ослабляет саморегуляцию, разберёмся, как действует управление в организме.

**Процесс управления происходит через механизм стресса (напряжения в организме).** На любые неблагоприятные изменения – будь то опасность, резкое похолодание, внезапные известия – организм реагирует одинаково: происходит усиление функций гипофиза, который, в свою очередь, стимулирует кору надпочечников на секрецию адреналина и кортикостероидов – силы умножаются, чтобы бежать, спастись, – отвечать на воздействие, короче.

В природе живое существо постоянно подвергается стрессовым воздействиям. Даже в тёплых странах разница между дневными и ночными температурами значительна, не говоря о сезонных колебаниях. Организм постоянно подстраивается под меняющиеся условия внешней среды. Так тренируется управление, укрепляется защита.

**Если индивид обитает в постоянных температурных условиях, к тому же питается вне зависимости от сезонов – одинаковой, усреднённой едой – он теряет способность к адаптации.**

В подтверждение – стихийный эксперимент на мышах. Ещё в 60-е годы прошлого века, в одной из колоний лабораторных мышей, появились странные детёныши – голенькие, без волосяного покрова. Учёные удивились ещё больше, когда выяснилось, что у мышат отсутствует тимус (вилочковая железа) – центральный орган иммунитета. (Груntenко Е.В. Что нам стоит многоклеточность. – Новосибирск: Наука, 1985.)

В чём дело?

Лабораторных мышей годами содержат при комнатной температуре на строго сбалансированных кормах. Им неведом стресс: ни опасность, ни холод, ни голод. А если на протяжении нескольких поколений не востребованы защитные силы, их ненужность записывается в генетический код – и прощай, шерсть, прощай, тимус! У последующих поколений они отсутствуют.

Никто не задавался целью проследить влияние искусственных факторов на изменение внутренней природы. Опыт на мышах получился случайно: просто так вышло, и всё. Подобным образом, всё цивилизованное человечество добровольно и почти бессознательно участвует в эксперименте по выживанию в искусственной среде.

### **Стресс необходим**

В бытовом сознании стресс связывается с сильными негативными эмоциями. На самом деле, стресс – приспособительная реакция, придуманная природой: усиление функций гипофиза помогает справляться с неблагоприятными внешними воздействиями.

Ганс Селье пишет: «С точки зрения стрессовой реакции не имеет значения, приятна или неприятна ситуация, с которой мы столкнулись. Имеет значение лишь интенсивность потребности в перестройке или в адаптации. Нелегко представить себе, что холод, жара, лекарства, гормоны, печаль и радость вызывают одинаковые биохимические сдвиги в организме. . . Медицина долго не признавала существование такого стереотипного ответа. Казалось нелепым, что разные задачи, фактически все задачи, требуют одинакового ответа».

Стресс считают виновником многих заболеваний. Между тем, стресс необходим. Если человек не получает его в реальной жизни, он обращается к книгам, фильмам, играм. Альфред Хичкок ещё в детстве сделал открытие – оказывается, испытывать страх, находясь в безопасности, приятно. Хичкок с успехом использовал это открытие в своих фильмах, умело нагнетая напряжение. Режиссёр Александр Митта утверждает, что стресс в терапевтических дозах необходим, за этим люди идут в кино.

Руководитель, испытывающий бесконечные нагрузки на службе, смотрит на ночь ужасов, клин клином вышибая. Устроители экстремальных аттракционов выручают неплохие деньги за стресс, который они продают своим клиентам.

Стресс используют и с лечебной целью.

Самый известный и эффективный способ избавления от болезней – закаливание, тренировка организма на стресс.

Разработчики теории гомеопатии (во главе с Н.М.Слущкиным) назвали гомеопатию методом лекарственной иммунизации через возбуждение адаптационно-стрессовой реакции организма. Обычные лекарства не проникают в мозг, в центральную нервную систему, потому что существует барьер между кровью и мозгом, гематоэнцефалический барьер. Гомеопатическое средство – это не вещество, как таковое, а «память» о нём, которую сохраняет вода, где вещество побывало. Так вот – вещество не проникает в мозг, а информация – моментально, минуя все барьеры. В основе любого патологического процесса, как считает Н.М.Слущкин, независимо от причины, лежит нарушение гомеостаза и интенсивности обмена. При гомеотерапии включается природное кибернетическое устройство, которое поддерживает гомеостаз внутренней среды клетки и целостного организма.

Лидия Галль, знающая толк в сверхслабых воздействиях, также предупреждает нас о непознанной силе физиотерапевтических процедур. Она считает, что их сверхслабые воздействия встряхивают организм через механизм неспецифической стрессовой реакции.

Для здоровья и жизни опасен длительно продолжающийся стресс, истощающий адаптационные резервы организма.

### **Непослушные человеки**

Успешный процесс управления заключается в следовании приказам свыше и эффективной обратной связи. Мозг принимает информацию из внешнего мира и от внутренних органов. Он командует внутренним хозяйством и контролирует исполнение своих приказов, в свою очередь, подчиняясь приказам из внешней среды.

Директивы свыше исходят от колебаний физических полей (земного, космических), изменений солнечного излучения, климатической и сезонной динамики и т.д. Мы не можем влиять на Солнце или погоду за окном, для нашего мозга – это абсолютные повелители.

Но человек всегда стремился уйти от неумолимого диктата природы. Начало обособлению людского племени положило овладение огнём.

Единственный природный источник энергии для всего живого на Земле – Солнце. Приручив огонь, люди обрели относительную самостоятельность. Они смогли освоить более холодные территории. Подогретое помещение позволило снизить количество мясной пищи, жизненно необходимой для обогрева тела. Полмиллиона лет назад появились первые очаги и огонь вошёл внутрь человеческого организма в виде термически обработанной пищи и подогретой воды. Так началось изменение внутренней энергетике человека, что повлекло за собой перестройку всего организма. Тепло очага и горячая еда оградили людей от диктатуры внешних обстоятельств, освободили время для развития. Такое, казалось бы, небольшое обособление человека обернулось в последующих поколениях потерей шерсти, ставшей ненужной. Чуть возвысились – и тут же потеряли одно из защитных приспособлений.

Лев Гумилёв – историк и этнограф, известный своей теорией пассионарности, вывел закон сохранения энергии в сфере взаимоотношений человека и природы: «Что выигрывается

в общественной свободе, то теряется при контакте с природой, точнее – с географической средой и собственной физиологией, ибо природа находится внутри наших тел». (Лев Гумилёв «Этногенез и биосфера Земли», стр. 87)

**Под словом «природа» мы понимаем окружающий мир, не созданный руками человека. Но мы, люди, аналогично, сами себя не создавали, и внутри нас также находится природа. Как только мы отсекаем очередную нить, связывающую нас с корнями, так неотвратимо теряем что-то в себе.**

Естественная энергия находится в постоянной динамике. Одно из основных свойств живого существа – способность обмениваться энергией с внешней средой и изменять этот обмен в зависимости от изменений, происходящих в мире. (В.Пекелис «Маленькая энциклопедия о большой кибернетике», М., Д.л., 1973) Цивилизованные люди, стремясь к комфорту, заменяют природную динамику – искусственной постоянной средой. Обогреватели и кондиционеры выравнивают все природные возмущения, расстраивая саморегуляцию организма.

Когда печь в доме протапливали раз в сутки, количеством искусственного тепла можно было пренебречь. Ещё в начале XX века вполне приемлемой для жилища считалась температура в 15 градусов. Англичане вообще не находили нужным отапливать спальни. Теперь, благодаря повсеместной газификации, температура в наших жилищах приближается к субтропической. Почему дети болеют, посещая жарко натопленные детские сады? Потому что зимняя жара губит их иммунитет. Защитные силы организма мобилизуются при контакте с холодом, организм приводится в состояние боеготовности. В 2000 году в книге «Опоённые смертью» Елена Сулима описала свой опыт выхода из онкологии. Она сбежала практически с операционного стола. Решив круто изменить жизнь, журналист отправилась в командировку в Сибирь. Во время поездки в автобусе её мучила такая страшная боль, что она попросила остановиться и буквально вывалилась в морозное никуда, несмотря на все увещания. Практически весь день девушке пришлось идти по трассе, пока её не подобрал возвращавшийся автобус. Она получила сильный холодовой и эмоциональный стресс. После чего начала выздоравливать.

Известны случаи, когда слабые от рождения люди закалкой добивались недюжинного здоровья. Патриарх оздоровления Порфирий Иванов смог излечиться и вернуть здоровье многим людям благодаря ежедневным обливаниям и пробежкам на свежем воздухе. И наоборот. Граждане, проводящие основную часть жизни в комфорте, с подогревом зимой и кондиционером летом, теряют данные им от природы защитные силы.

Напрашивается логичное предположение: возможно, у современных людей тимус, центральный орган иммунитета, деградирует из-за своей ненужности!

### **Тимус, не исчезай!**

Центральный орган иммунитета – тимус – хорошо развит в молодом возрасте. У взрослого масса вилочковой железы уменьшается относительно массы тела. Считается, что тимус взрослому особо не нужен. Последние опыты на животных показывают необходимость тимуса и для взрослых особей. Учёные из Пермского университета провели исследования на мышках – они плавали в холодной воде до изнеможения. От этой кратковременной стрессовой ситуации не наблюдалось снижение веса животных, зафиксирована лишь реакция со стороны тимуса и селезёнки. Прежде всего в массе теряет тимус – в нём в три раза уменьшается количество клеток. «Сокращение числа клеток при охлаждении не может быть связано с их гибелью... Единственной причиной сокращения числа клеток является усиленный их выход на периферию. Причина такого выхода – участие клеток тимуса в процессе энергетического обеспечения организма, расходующего энергию для плавания и поддержания температурного гомеостаза в холодной воде. Тимус может быть первой ступенью энергетической поддержки организма, которому не хватает энергии дыхания для восстановления огромного расхода энергетических ресурсов. Следующим этапом такой поддержки является подключение

ресурсов селезёнки» («Тимус и селезёнка как индикаторы энергетического состояния животных», «Вестник Пермского университета». Серия: Биология. Выпуск 2, 2004 Авторы: Б.В.Тестов, Д.А.Пьянкова, Т.Д.Афоница)

Исследователи из университета Данди (University of Dundee, Шотландия) провели исследование, показавшее, что основной причиной рака может быть старение иммунной системы, а именно уменьшение и снижение функции вилочковой железы (тимуса). Тимус производит Т-клетки, которые циркулируют в организме, убивая «врагов». Т-клетки постоянно ищут раковые клетки и убивают их. При ослаблении работы тимуса может начать расти раковая опухоль. С возрастом тимус всё время уменьшается и количество Т-клеток уменьшается. Учёные предлагают контролировать функцию тимуса путём трансплантации или контролируемой регенерации. ([/medportal.ru/mednovosti/news/2018/03/12/301cancer/?utm\\_referrer=https%3A%2F%2Fzen.yandex.com](https://medportal.ru/mednovosti/news/2018/03/12/301cancer/?utm_referrer=https%3A%2F%2Fzen.yandex.com))

На самом деле, тимус, как эффективно функционирующий орган, не вернуть операциями. Значительно проще не дать ему увянуть, постоянно закаливаясь и тренируя организм.

### **Как я болела**

Постараюсь кратко. Все причины, способствующие возникновению серьёзной болезни, были. Мало гуляла, никаких физических нагрузок, спала в самом тёплом месте в доме. С 6 лет летала с родителями «на море», там всегда болела. Возникающие недуги лечились медикаментозно. Многолетнее напряжение в связи с учебными перегрузками.

Травма. Я упала, поскользнувшись у порога школы на твёрдой наледи. Несколько дней после этого было трудно дышать. Через год, при поступлении в университет, рентгеновский снимок показал тень в лёгких. Написали хорошую справку и я отучилась семестр. В феврале проснулась от ужаса – задыхаюсь. Одна – в чужом городе, на съёмной квартире....

Онкохирург из нашей городской больницы стажировался в Онкологическом научном центре в Москве. Он посмотрел мой снимок и дал нам туда направление. В нашем городе таких сложных операций тогда ещё не делали.

В 1976 году, на Каширке, мне провели операцию на грудной клетке. Опухоль удалить не удалось – плотная, огромная, она опутала сосуды средостения и правое лёгкое. Хирурги взяли кусочек для лаборатории и зашили. Меня, естественно, в подробности не посвящали. А мама пережила жуткие две недели, ожидая ответ из лаборатории. Через две недели я в недоумении, чему радуется мой лечащий врач? Оказывается, у меня – лимфогранулематоз, меня переведут в гематологию. Там будут облучать, «химичить» и ещё – удалят селезёнку.

– Да вы что, издеваетесь? Ещё одна операция?

В гематологии, по ошибке молодого врача, мне достаётся одномоментно около двух доз химиотерапии. На следующий день я не могу подняться с постели. Не буду описывать всех мук отравления химиопрепаратами в течение нескольких курсов лечения. Главное, что в результате – опухоль почти исчезла! Да, у меня была форма, поддающаяся лечению (нодулярно-склеротический лимфогранулематоз). Но размеры не внушали особого оптимизма.

Полагаю, что пусковым механизмом моего заболевания была всё-таки травма. При падении лопнул какой-то крупный лимфатический сосуд, организм начал «латать дыру», да так и не смог остановиться. Химиотерапия, направленная на срыв механизма деления клеток, помогла остановить этот неуправляемый процесс. Но она не исправила саморегуляцию, не дала мне здоровья, как и облучение, и, тем более, удаление селезёнки. Последний метод признан неэффективным, и в настоящее время не используется в схеме лечения лимфогранулематоза. Не знаю, кому из учёных мужей, пришла в голову эта светлая мысль о ненужности одного из важнейших органов иммунитета. Управление моим организмом, подорванное болезнью, было сломано окончательно медицинским вмешательством.

Я попала в список вылеченных, потому что прожила после лечения пять лет. Но в 22 года у меня уже – четвёртая стадия. На сканировании в печени обнаружены изменения, далее – зона патологии увеличивается. У меня повышенная температура, которая не падает год. Я пережила жуткий герпес с поражением мозговых оболочек (иммунитет не работает), у меня постоянно болят кости... А врачи предлагают облучать печень. Уже понимаю, что умру подопытным кроликом. На тот момент я закончила университет и вышла замуж. Ни работать, ни родить ребёнка мне не светило... Моя перспектива – несколько лет мучить родных своим медленным угасанием.

### **Как выкарабкивалась**

Мне сделали аборт по медицинским показаниям. Отношение к абортчикам в советских больницах было особенное. На процедуре я потеряла сознание и меня презрительно сбросили с каталки на постель – «таскай тут всяких». Такого унижения я ещё не испытывала – отличница, активистка, разве только – не спортсменка... Вот тут я разозлилась на себя по-настоящему. Я – такая умная, и что, не смогу разобраться, откуда берётся эта болезнь? Пока есть здоровые люди на земле, я сумею понять, в чём дело! Случай помог мне – там же, в больнице, я узнала о Гале, которая вылечилась сырыми овощными соками. Мне дали почитать драгоценную самиздатовскую книжку Уокера «Сырые овощные соки», и с этого начался мой путь исканий.

Прочитав Брэгга, Шелтона, Уокера, я исключила всё мучное, сахар, жареную картошку. Питалась в основном овощами и, главное, каждый день – не менее стакана свежевыжатого морковно-яблочно-свекольного сока. Мясо, рыбу я тоже исключила. Но температура не падала, а поражение печени продолжало расширяться.

Тут мама узнала о новом способе. Детоксикация: очистительная клизма с добавлением лимонного сока делается на ночь каждый день в течение недели, затем – через день, на третьей неделе – дважды, на четвёртой – один раз. Температура упала через две недели процедур. Это была первая победа. А дальше – всё на месте. После соков очень хочется есть, а что? Не есть вообще – слабость. Овощи или пустая каша на воде дают силы минут на 15-20, а затем снова – слабость, голод, и ни одной мысли, не связанной с едой. Но я фанатично следую вегетарианской идее, и получаю по физиономии за неумение рефлексировать. В прямом смысле: от морковного сока я пожелтела как при желтухе... В довершение, после двух лет строгого вегетарианства (ни мяса, ни рыбы, ни молока, ни яиц) – у меня исчезают месячные.

Эффект растительной диеты, как и поста, в стрессовом воздействии на организм. Жёсткое ограничение питания приводит к перераспределению энергии. С тонущего корабля – долой лишний груз. При угрозе жизни, управление выключает нежизненно важную функцию – репродуктивную. Таким образом экономятся энергетические ресурсы, и даже улучшается самочувствие. Нечто подобное происходит при гормональной терапии, которая, в отличие от естественных способов оздоровления, несёт много побочных неприятностей. Но я мечтаю о ребёнке! Я хочу быть женщиной, и продолжаю свои поиски.

Мне помогло знакомство с методологией, сначала с семинаром Веры Даниловой, а потом с игрой Георгия Петровича Щедровицкого. Он создал организационно-деятельностную игру – своеобразную «машину для ускорения мыслей», коллективный творческий акт, направленный на открытие чего-либо. Поговаривали, что Г.П. (так его называли за глаза) устал писать кандидатские за своих аспирантов и придумал, как «раскручивать» даже самые средние мозги на изобретение. Процесс игры обслуживали несколько психологов и игротехников. Люди в игре начинали лучше понимать свои проблемы, самих себя и, включаясь в общее мыслительное поле, находить эвристические решения. Моё участие в одной из таких игр совпало с озарением. Не надо ничего придумывать – природа мудрее нас: всё, что нужно для здоровья человека, уже давно создано.

### **Что поняла**

Дай человеку то, что природа ему предназначила – и он будет здоров. Академик А.М.Уголев ввел в науку понятие о видовой пище. Цапли питаются лягушками, тигр ест мясо, птицы клюют зерна. Ферментный состав пищеварительных соков приспособлен к составу потребляемого как ключ к замку. А что природа предназначила человеку?

Только не хлеб. Зерновые в сыром виде в человеческом желудке перевариваются плохо, так как это еда других видов – птиц, грызунов. У нас нет ферментов, расщепляющих сырые крахмалы. Видовая пища – та, которая может перевариться в желудочно-кишечном тракте в сыром виде. Академик Уголев доказал в эксперименте, что сырое мясо переваривается в желудке лучше, чем приготовленное. Мы также способны съесть в сыром виде фрукты, ягоды, орехи, семечки, рыбу и некоторые грибы.

### **Как отключается охранная сигнализация**

Каким образом мозг становится терпимым к неподходящей пище?

В фильме «Как украсть миллион» есть остроумная схема похищения ценной скульптуры из музея. Злоумышленники, укрывшись в помещении музея, несколько раз отправляют лёгкое устройство – бумеранг – к скульптуре. Срабатывает сигнализация, прибегает охрана. Неоднократно потревоженные дежурные решают, что сигнализация сломалась и отключают её. Воры спокойно забирают скульптуру.

Подобным образом, получая беспорядочно и часто сигнал тревоги, перевозбуждаясь, нервная ткань переходит в состояние торможения. (Теория парабиоза Н.Введенского) Возможно, именно так можно «приучить» свой организм к чему угодно, даже к яду. Во всяком случае, в ходе эволюции выжили именно те, кто перестал бурно реагировать на чужую еду (зерновые – прежде всего). Но иногда, у отдельных людей, мозг как бы просыпается и отвергает каши и мучное. Считают, что связано это с распространением сильных пшениц, содержащих повышенное количество клейковины (глутена). Белый пышный хлеб завоёвывает города и страны, а вместе с ним шагает по миру и целиакия ( глютеновая болезнь).

Аналогично происходит привыкание к чужим микробам. Дрожжевой хлеб – это дважды «чужое», так как помимо зерновых содержит дрожжи. До 40-х годов XX века использовались хмелевые дрожжи. Они не убивали полезные бактерии, обитающие в толстом кишечнике. Нынешние «быстрые» хлебопекарные дрожжи – это искусственно выведенный грибок, который способен выдерживать высокие температуры. При выпечке он не погибает, а грибы могут поражать отдельные органы, ткани, вызывая микозы, аллергии.

Выделения этих дрожжей убивают полезную микрофлору, продуцирующую витамины, незаменимые аминокислоты, полезные биологически активные вещества и многое другое. И самое главное: постоянное присутствие подобных гостей в организме притупляет бдительность иммунитета по отношению и к более опасным врагам – вирусам, онкоклеткам.

### **По принципу обратной связи**

Мой путь выздоровления – воздействие на свой организм по принципу обратной связи.

## **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.