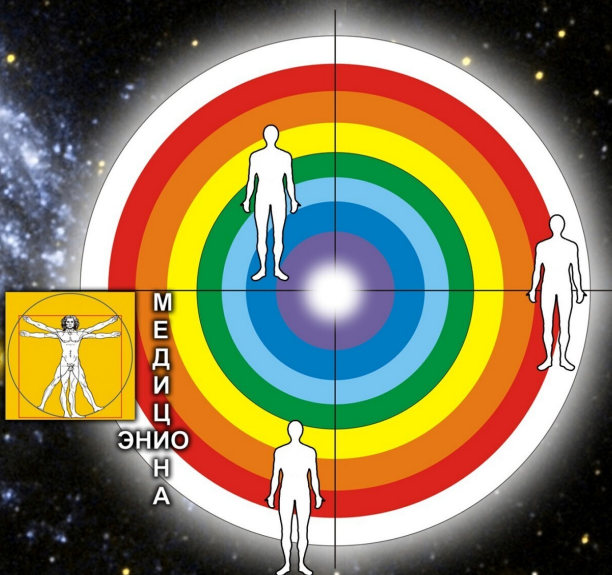


# ВАЛЕОЛОГИЯ

Новейшие технологии оздоровления

В. Руденко

Руководство по устройству,  
эксплуатации и ремонту  
Человека



# **Руденко Виктор Васильевич**

## **Руководство по устройству, эксплуатации и ремонту Человека**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=22607153](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22607153)*

### **Аннотация**

В своей книге инженер, специалист по физической реабилитации В.Руденко делится с читателями своим опытом и открытиями в наиболее интересной сфере – науке о Человеке. Без понимания природы Человека, заложенных в него Творцом технических решений, невозможно сохранить самое драгоценное – здоровье. Подход к Человеку, как к созданию Великого инженера Вселенной, стремление расшифровать замысел Творца позволяют по-новому взглянуть на извечную проблему здоровья и болезни. Интересы автора связаны с разработкой самых результативных методов оздоровления, позволяющих самостоятельно без затрат времени и средств распрощаться с болезнями, вернуть радость жизни и повысить свой творческий потенциал.

# Содержание

От автора	4
Вместо предисловия	8
Театр абсурда	14
В начале была техническая документация	17
Re Ligus – назад к истокам	21
Конец ознакомительного фрагмента.	26

## От автора

Мне посчастливилось родиться на берегу самого синего в мире Черного моря. В непогоду, когда море штормило, грохот волн доносился сквозь стены нашего скромного жилища. Утром достаточно было выйти на крыльцо, чтобы увидеть, как в кольцо, которое образуют горные вершины Крыма: Роман-Кош, Чатыр—Даг, Демерджи, сверкает на солнце изумрудом чистой воды море. Не каждому выпадает счастье любоваться ежедневно такой красотой.

На чердаке с утра и по вечерам ворковали голуби. Засыпать и просыпаться под шум прибоя и воркование голубей – разве это не счастье? Этим воспоминаниям детства я обязан отцу, пронесшему через испытания военных лет мальчишеское увлечение этими птицами, символом мирной жизни, его необыкновенному жизнелюбию. Сколько вспоминаю его – он всегда напевал, что бы ни делал. Это по силам натурам цельным, живущим в гармонии с собой и окружающим миром.

Мать, несущая безропотно на себе бремя домашнего труда. Накормить, обстирать троих мужиков – не простое дело. Выражаю им запоздалую благодарность. На словах у меня это никогда не получалось. Всей своей жизнью, своим трудом мне всегда хотелось им показать, что не напрасно ем хлеб, а награды за отличную учебу и спортивные достижения

в детстве и юношестве, за успехи в работе в дальнейшем без слов выразят степень моей сыновней благодарности.

Особую благодарность выражаю школьным учителям, которым не удалось погубить во мне самостоятельность мышления.

Искреннюю благодарность выражаю учителю и тренеру Залевской Екатерине Александровне за ее всегда вовремя сказанные слова, науку преодолевать себя, относиться к жизненным трудностям, как способе узнать свои возможности, рассматривать их, как тренирующий фактор. Одному Богу известно, как часто память возвращала меня к ее наставлениям.

Великий Человек Генрих Саулович Альтшуллер удивительным образом организовал мое инженерное мышление своим алгоритмом решения изобретательских задач.

Не могу оставить без благодарности чиновников всех рангов, которым предлагалось рассмотреть с целью внедрения в практику мои разработки, и не ударивших палец о палец в этом направлении. Значит, не наступила полнота времен, мой труд не имеет законченного вида, мои аргументы неубедительны. И снова наблюдать, исследовать, дополнять, не растрачивая сил на хождение по кабинетам.

Перед кем действительно «снимаю шляпу», так это перед людьми, которые сумели узреть рациональное зерно в предлагаемых методиках и вооружить себя знанием, независимо от формального статуса того, от кого они исходят. Многие

из них расстались со своим абсурдным прошлым и живут, не болея и не принимая лекарств, уже многие годы.

Не могу не выразить благодарности и той немногочисленной группе людей, которые не захотели воспользоваться случаем, который им предоставила судьба, или предпочли не работать над собой, а употреблять медикаменты или рассматривать целителя, как таблетку или примочку. Только благодаря таким людям открывались все новые и новые грани человеческой личности и механизмы возникновения заболеваний.

Мне хорошо известны трудности и опасности, которым я подвергаю себя, опубликовав данный труд, но не страшусь их. Мне не нужны ученые звания и степени, поэтому я не боюсь оппонентов. Мне не нужна слава, поэтому я не опасаясь конкурентов и всех тех, кому вздумается обесславить мой труд. Вместе с тем, у меня было достаточно времени, чтобы осознать подлинную научную ценность своих разработок.

С детства меня не покидала уверенность, что я напишу книгу. О чем будет эта книга тогда было неясно, но почему-то очень четко в детской голове было сформулировано главное требование к ней: книга не должна обслуживать интересы отдельно взятой группы людей ни по национальным, ни по религиозным, ни по идеологическим мотивам. Фактический материал не должен принадлежать отдельно взятой эпохе, он должен быть вне времени. Книга должна содержать информацию одинаково интересную и полезную для

всех людей и во все времена. И я благодарен судьбе, что она дала мне этот шанс.

Каждая книга находит своего читателя, надеюсь, найдет свою читательскую аудиторию и этот мой скромный труд.

# Вместо предисловия

*Опять же их манера отсылать к специалистам: мы, дескать, только распознаем, а вот поезжайте к такому-то специалисту, так он тебя вылечит. Совсем, совсем я тебе скажу, исчез прежний доктор, который ото всех болезней лечил, теперь только одни специалисты.*

*(Ф. М. Достоевский «Братья Карамазовы»)*

Старо-крымская больница была, на первый взгляд, вполне благополучной. По крайней мере, невралгическое отделение отличалось чистотой, тишиной и наличием свободных мест, что само по себе было редкостью.

Дежурный врач прежде, чем определить номер палаты, достаточно настойчиво пытался выяснить, кем и где работает вновь поступивший пациент. Когда до меня дошел истинный смысл этого сакраментального для лечащей братии вопроса, включился в игру и настоял на записи в соответствующей графе анкеты слова «безработный». Нужно сказать, что это слово тогда только входило в обиход и резало слух. Несмотря на то, что у меня оказалась в наличии квартира, прописка, жена и деньги на приобретение лекарств, то есть еще не достиг вершины карьеры, путь к которой мне был открыт экономическими реформами, пока не БОМЖ, похоже, авторитета в его глазах мне не добавило. Запозда-



лое заявление, что в больничном листе я не нуждаюсь, утонуло во встречной «любезности»: «Видите ли, ваша болезнь слишком запущена, и наш курс лечения в 21 день, скорее всего, вам не поможет. Так что будете направлены в Республиканскую больницу на гормональные препараты, Возможно, с их помощью удастся частично поправить положение». Шевельнувшееся было в душе сожаление, что переборщил с «представлением по случаю прибытия», было задавлено в зародыше. В свои сорок восемь лет ты в больнице впервые, не считая роддома. Пройти нужно по всем ступеням, не перешагивая, дабы не накапливался уровень некомпетентности. Впрочем, привыкать к положению привилегированного пациента не было резона. Во-первых, а вдруг это и в самом деле надолго, а во-вторых, заработанных за лето денег едва хватит на полгода, а дальше? Дальше думать не хотелось...

В палате на пять коек, кроме меня, было еще трое больных, одна койка оставалась незанятой. Переодевшись и разложив в тумбочке лекарства и съестное, я отправился на уколы. Не знаю, накопившаяся усталость, духота, запах лекарств, вид медицинских инструментов и кровавых тампонов или впечатлительность и развитое пространственное воображение, но я вдруг почувствовал, что обливаюсь холодным потом и бледнею. Это обстоятельство не осталось незамеченным, и процедурная сестра сунула мне ватный тампон, смоченный нашатырным спиртом, усадила на кушетку и, не дав рухнуть моему мужскому самолюбию, терпеливо выслу-

шала мои объяснения по поводу... В памяти всплыл анекдот о коте, который всю ночь водил кошку по чердакам и рассказывал, какие у них в Сибири морозы, и как он свои достоинства отморозил.

Первое посещение «камеры пыток» окончилось благополучно. Три укола по одному кубику каждый были исполнены виртуозно и вызвали запоздалую мысль о том, что жену нужно выбирать из медсестер по тому, как она вонзает иглу шприца в «задний мост».

Возвратившись в палату и приняв горизонтальное положение, я погрузился в размышления. Перед человеком, оказавшимся на больничной койке, всегда встает множество проблем, если его жизненная позиция активна, или все проблемы заканчиваются, если болезнь становится средством ухода от сложностей жизни, а пенсия по инвалидности – конечная цель существования.

Мысли текли потоком, путаясь и перескакивая с одной на другую. По укоренившейся привычке исходить из того, что есть, а не из того, чего нет, стал отыскивать положительные моменты в положении, в котором оказался. Во-первых, за много лет напряженной работы без отпусков и отдыха, когда некогда подумать о душе, появилась такая возможность. Фон, правда, малоподходящий, что и говорить. Во-вторых, сейчас начало сентября, а в Крыму это еще лето, значит, топливный кризис не будет о себе напоминать, хотя бы в течение трех предстоящих недель. Вот, если бы это со мной

случилось в феврале, было бы гораздо хуже. В-третьих, денег, заработанных за лето, на первое время хватит. В-четвертых, единственный сын уже на пятом курсе, в Москве, взрослый, если что... «Если что», есть машина, есть гараж. Что-то успел, что-то останется семье...

Успокоив себя таким образом, я собрался проанализировать, что же, собственно, произошло, почему так пессимистично настроен врач, каковы шансы и прочее.

Вдруг, как это бывало уже не раз, ход моих мыслей был прерван и перед глазами возник, а правильнее сказать: «перед внутренним взором предстал» с удивительной ясностью давно знакомый сюжет...

Теперь уже и не вспомнить название книги, имя автора, только в памяти глубоко отпечаталась написанная рукой истинного мастера картина терпящего бедствие парусного судна.

Ночь. Сильнейший шторм. Ветер завывает в снастях, срывая пену с громадных валов и обрушивая их на искромсанный остов еще вчера красивого и быстроходного корабля, мощно рассекавшего волну, в белоснежных парусах которого старательно трудился укрощенный ветер. Молнии прорезают кромешную темень, освещая на миг обрывки парусов на обломках мачт. Среди треска и грохота вцепившись в штурвал, стоит человек, изо всех сил пытаясь оттянуть удар о рифы. Гибель корабля неминуема. Моряк это знает, ведь он не новичок. Скорее, он – старый «морской волк»,

на своем веку повидавший немало. Да и жизнь его не назвать праведной, да и припрятанные на берегу сокровища помнят лихие абордажи и предсмертные крики своих прежних владельцев. Одним словом, за штурвалом человек далеко не праведный, в Бога не верующий. Но в последний момент, когда между волнами показались прибрежные скалы, и до столкновения остался один лишь миг, в груди старого грешника встрепенулась душа, воззвала к Богу о спасении и дала обет праведной жизни, жертвы и служения до конца дней. Страшный треск и грохот в следующий момент оборвали мысли кающегося грешника, и сознание покинуло его.

Когда он очнулся, светило солнце, море ласково перебирало камешки на узкой полоске пляжа. Оглядевшись, моряк увидел остов корабля, осевший на рифах, и тела своих товарищей.

... Прошли годы. В почетном гражданине, построившем на свои средства церковь, снискавшем почет и уважение сограждан своей праведной жизнью и набожностью, нельзя было узнать прежнего «грозу морей и океанов».

Вот такая история. Не лучше и не хуже многих похожих сюжетов. Но почему память так часто возвращала меня на борт этого судна, заставляя снова и снова переживать с новыми подробностями, казалось, давно забытый сюжет? Сейчас мне все понятно, вернее, стало понятно в тот памятный сентябрьский день 1995 года.

Больница, медикаменты, врачи, медсестры, приговор вра-

чей. Бодрые посетители-навещатели, их лживые глаза после разговора с врачом за спиной больного ...

Как же многократно это повторяется во всех больницах мира ежечасно, ежеминутно! Чем измерить глубину моральных страданий больного человека, как исцелить его душу!?

В один из таких дней, глядя через окно на осенний лес в лучах заходящего солнца, я снова ощутил себя на борту гибнущего корабля.

Будет лишним подробно описывать мои дальнейшие мысли, чувства и действия. Проницательный читатель уже все понял. А вот то, что произошло спустя пять минут, лучше не доверять бумаге. В это трудно поверить, да это и не важно. Важно другое: во что это вылилось в конечном счете. Дальше постараюсь без лирики, по существу. Не волнуйтесь. Если эта книга попала к вам в руки, значит, время у Вас есть и есть шанс.

# Театр абсурда

*В действительности все совершенно иначе, чем на самом деле.*

*(Антуан де Сент-Экзюпери «Маленький принц»)*

Все граждане делятся на: имеющих медицинское образование и не имеющих оно́го. Первые называются врачами, вторые – пациентами. Язвительный читатель скажет, что и врачи тоже болеют, следовательно, они тоже пациенты. А кто же такие врачи тогда? Очевидно, этот читатель не имеет медицинского образования, а то он бы сразу понял, что врачи – это пациенты, которые сами себе выписывают лекарства. Имеют право, у них есть диплом.

Сегодня только ленивый не ругает врачей и милиционеров, но как только «поплохееет» или кто-нибудь обидит, бегут за помощью к врачам и милиционерам. Дабы не впасть в грех лицемерия и, поскольку обойти тему взаимоотношений между врачом и пациентом невозможно, хотелось бы ограничиться парой замечаний, без претензий.

Подавляющее большинство пациентов из «необразованных» находятся в недоумении из-за ряда противоречий. Противоречие первое. Кто, как не люди, посвятившие себя медицине, должны, по их «непросвещенному» мнению, являть собой образцы здоровья и долголетия! Кстати, с ними

был согласен Гиппократ, который первой заповедью обратился именно к врачу с требованием: «Исцелися сам!»

Американский доктор Уотер в своей брошюре «Умершие врачи не лгут», обращаясь к абитуриентам медицинского колледжа, говорит: «Если вы хотите прибавить к своей жизни 18 среднестатистических лет, не поступайте в медицинский колледж!» (Средняя продолжительность жизни врачей в США на 18 лет меньше средней продолжительности жизни в стране и составляла на момент написания брошюры 58 лет).

Противоречие второе. Чем глубже проникает наука в человеческий организм, тем больше появляется лекарственных препаратов, действующих на соответствующем уровне. Чем на более тонкие структуры организма воздействуют эти препараты, тем более непредсказуемые отрицательные последствия, так называемые «побочные эффекты» они вызывают.

Одним из «достижений» аллопатической медицины является признание Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) факта появления лекарственных заболеваний и призыв к созданию сети НИИ для их изучения. То есть, первую производную от аллопатической медицины человечество уже получило в виде лекарственных заболеваний. Что может дать изучение этих заболеваний? Если допустить, что удастся их классифицировать и создать лекарственные средства от лекарственных заболеваний, то это неизбежно при-

ведет к лекарственным заболеваниям второго порядка и т. д. Очевидно, что это тупиковое направление, правильное сказать, это прямой путь к уничтожению человека, как вида.

Самое время задаться традиционными вопросами русской интеллигенции. Что происходит? Кризис мировой системы здравоохранения. Кто виноват? Тот, кому это выгодно. А кому это выгодно? Тому, кто «при делах», а, следовательно, «в доле». Что делать? Читать следующую главу.



# В начале была техническая документация

*...Последний символ в этом ряду имеет номер «0» и называется «Безумец». На нем изображен человек, которому недостает рассудка, так как он глух и слеп. Вместо того, чтобы развивать свои способности и позволить духу возобладать над ними, он, сам того не зная, несет дарованные ему таланты в заплечной сумке. Он опирается на посох – на знания, убеждения и учения, которые не помогают ему, не поддерживают его, не защищают, поскольку он упрямо и с трудом шагает по пескам пустыни к своей гибели.*

*Египетские мистерии*

Великий инженер Вселенной создал Человека с использованием подвластных ему «материалов» и «технологий», тот есть с помощью мысли и чувства, состоящим из мысленной (ментальной) и эмоциональной (астральной) субстанций, и поместил его в тело.

Как конструктор, Творец заложил в свое детище технические решения, принцип работы и условия эксплуатации, обеспечивающие его длительную бесперебойную работу. Не были забыты такие технические возможности, как способность к саморегуляции, самовосстановлению, самовозобновлению, энергетическому самообеспечению, самопрограмми-

рованию, а также размножению, самообразованию, самопознанию, а так же к творчеству. Он наделил свое творение возможностью сверхсознательной, сознательной и подсознательной деятельности, а также множеством далеко не познанных, так называемых сверхвозможностей, или сверхспособностей. Создав столь сверхсложную машину, великий инженер Вселенной максимально упростил управление процессами жизнедеятельности и жизнеобеспечения, а также размножения, замкнув их на подсознание и инстинкты.

Не постигнув замысла Творца, принципов устройства и работы, технических решений, заложенных в конструкцию, невозможно ее правильное, говоря инженерным языком, использование, эксплуатация и ремонт.

Каждый из нас пользуется бытовой техникой, приборами, транспортом и прекрасно понимает, что без руководства по эксплуатации не обойтись. Специалисты по ремонту и обслуживанию сложной техники не могут обойтись без соответствующих руководств по обслуживанию и ремонту.

Возникает интересный вопрос: где руководство по устройству, эксплуатации и ремонту Человека? Мне уже слышится ответ: «Возьми анатомический атлас, почитай учебник по физиологии». Вы не слышали вопрос. Речь идет не об устройстве тела, а об устройстве Человека. И с большой буквы.

Согласно преданию, Архангел Разиил (Разиэль) дал Адаму книгу – Сефер Иецира, открывшую первому человеку

тайны творения. Но после грехопадения Адама эта книга была у него взята обратно.

С тех пор человечество и мучается в неведении. Болеет, страдает, умирает с вопросом на устах: «Господи, за что?». Мы недоумеваем, почему болеют, страдают и уходят преждевременно в мир иной хорошие люди?

Ответ прост: человечество не имеет руководства по устройству, эксплуатации и ремонту Человека. А, может все-таки оно существует, но спрятано за глубокими морями, за высокими горами? А, может, не там ищем?

Свято место пусто не бывает, и в течение всей жизни каждый человек формирует индивидуальный, так называемый идеальный план сознания (ИПС), руководствуясь нравственными, религиозными, идеологическими, культурными, национальными и другими традициями, принципами, опираясь на знания, следуя убеждениям и учениям.

Однако, если посмотреть на этот процесс со стороны, то, очевидно, что зачастую эти самые традиции и учения являются непримиримыми антагонистами. Так, материалистическая философия антирелигиозна по своей сути. Преобладающая в каждой отдельно взятой стране идеология формирует систему образования, воспитания, формирует социальную среду, где действуют свои законы и правила.

В странах с авторитарными режимами инакомыслие преследуется по закону. Несогласные с действующими порядками объявляются диссидентами и подлежат уничтожению

или изгнанию за пределы страны. Разве не так поступали и поступают с нарушителями традиций и законов племени со времен первобытных? Разве не побивали и не побивают камнями отступников, нарушивших законы общественной морали, установленные религиозными фанатиками? Разве не жгли на кострах еретиков, не отлучали и не отлучают их от церкви? Свобода совести и вероисповедания носит, как правило, декларативный характер, хотя и записывается в Конституцию.

Очевидно, ИПС человека остается детерминированным, вынужденно подстроенным к условиям социума. В периоды «революционных преобразований», сопровождающихся «формированием личности человека новой формации», сложившиеся у большинства людей к данному времени ИПС претерпевают серьезные напряжения. Требования «перестроиться здесь и сейчас» можно сравнить по своей стрессовой нагрузке с насильственной смертью самого близкого человека.

Если гипотетически представить человека, который в этих нечеловеческих условиях сумел выработать и сохранить свой индивидуальный ИПС независимо от выше перечисленных факторов, то где гарантия, что его ИПС совпадает с замыслом Творца?

# Re Ligus – назад к истокам

*О, ты, пространством бесконечный,  
Живый в движенье вещества,  
Теченьем времени превечный,  
Без лиц, в трех лицах божества!  
Дух всюду суций и единый,  
Кому нет места и причины,  
Кого никто постичь не мог,  
Кто все собою наполняет,  
Объемлет, зиждет, сохраняет,  
Кого мы называем: Бог.  
(Державин Г.Р. «Бог»)*

Человек – единственный во всем творении – «сотворен по образу и подобию Божию» (Быт. 1.26). В первой главе Книги Бытия дано библейское описание творения. Творить – здесь означает создавать из ничего; или, как говорится в Литургии св. Иоанна Златоуста: «приводить из небытия в бытие».

Каждый человек, будучи сотворенным «по образу и подобию Божию», по своей человеческой природе уже является отражением Сына Божьего, который, в свою очередь, Сам есть нетварный «образ Бога».

Что же это за загадочный непостижимый «Бог»? «Без лиц, в трех лицах божества!». Первый Никейский в 325 г., Первый Константинопольский в 381 г. и Второй Константинопольский в 553 г. Вселенские соборы сформулировали и

утвердили учение о Св. Троице и окончательно провозгласили текст Символа Веры, признание которого является обязательным для каждого христианина.

Наиболее адекватную фигуру или схему христианской Троицы отражает образ, в котором три личности – Отец, Сын и Святой Дух – разделены и в то же время едины. Необходимо заметить, что наряду с христианской традицией аналогичная символика присутствует и в других верах, например, индуизме – трехликий Брами, у римлян – двуликий Янус.

Отец – не Сын, Сын – не Дух Святой, Дух Святой – не Отец. Но Отец – это Бог, Сын – это Бог и Дух Святой – это Бог.



*Из книги Хоуна  
„Описанные древние мистерии”*

Как бы мы ни напрягали извилины, призывая на помощь математическую логику, сколько бы ни вчитывались в теологические тексты, если быть до конца откровенным перед собой, то должны признать свою несостоятельность в попытке понять единство отрицания.

Вот тут и приходит на помощь вера, как основание христианской жизни и высшая добродетель. Классическое определение веры в Писании таково: «Вера есть осуществление ожидаемого и уверенность в невидимом» (Евр.11.1). Веру, как правило, противопоставляют знанию и разуму. «Верую, Господи!.. помоги моему неверию» (Мк. 9, 24). Вот она ахиллесова пята христианина. Необходимость в слепой вере ослабляет верующего и отталкивает от религии неверующего. В свое время Е.П. Блаватская высказала мысль о том, что слово *вера* состоит из двух слов: *ведаю* и *разумею*. Верю, потому что ведаю и разумею. Это уже осознанная вера.

К сожалению, а, может быть, и к счастью, современная теология еще не уразумела понятие Святой Троицы, не смогла вооружить этим знанием свою паству.

Добродетель же души есть Знание: тот, кто знает, тот благ, благочестив и уже божественен. Это побуждает вновь и вновь искать истину, задавая самому себе прямые вопросы, не удовлетворяясь лукавыми ответами. Кстати, не прекращаются нападки со стороны Сторожевой Башни на само понятие Святой Троицы, на необходимость веры в нее, де-



сказать, Иисус Христос ничего о ней не говорил, и в Евангелиях, и в Новом Завете в целом о ней не упоминается! А зачем? Ведь Новый Завет – это не философский трактат, требующий определиться в терминах. Для каждой эпохи характерна своя терминология, и она очевидна современникам.

Задолго до появления христианства Гермес Трисмегист (Триждывеличайший) писал: «Гордость всего сущего, Бог, божественное и Природа божественная. Начало всего сущего есть Бог – и Ум, и Природа, и Материя, – поскольку Он есть мудрость для проявления всего. Начало священо, и оно есть Природа, энергия, Необходимость, завершение (телос) и обновление». (Священная речь Гермеса Триждывеличайшего). «Свет – это Ум, который предшествует Природе. Исходящее же из Ума лучезарное слово – это Сын Божий. ... То, что в тебе видит и слышит, есть Слово Господне; Ум есть Бог-Отец. Они неразделимы, ибо в единстве их жизнь». (Герметический свод. Поймандр Гермеса Триждывеличайшего).

# 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.