

**ТЕКСТ  
С КРУПНЫМ  
ШРИФТОМ**



# Майя Гогулан

**ПОЧЕМУ МЫ БОЛЕЕМ  
И КАК С ЭТИМ  
БОРОТЬСЯ**



Быть здоровым всю жизнь

Майя Гогулан

**Почему мы болеем и как с ЭТИМ  
бороться. Законы здоровья**

«Русский шахматный дом»

2013

УДК 615.89  
ББК 53.59

**Гоголан М. Ф.**

Почему мы бодем и как с этим бороться. Законы здоровья /  
М. Ф. Гоголан — «Русский шахматный дом», 2013 — (Быть  
здоровым всю жизнь)

В этой книге рассказано, почему возникают болезни и какие нездоровые привычки приближают старость. Каждое слово здесь проверено личным опытом. Попробуйте начать жить так, как советует Майя Гоголан, и многие ваши недомогания отступят!

УДК 615.89  
ББК 53.59

© Гоголан М. Ф., 2013  
© Русский шахматный дом, 2013

## Содержание

От автора	6
Здоровье – дар природы	8
Что значит «нормальный образ жизни»?	12
Натуральная гигиена и траволечение	14
Наука о здоровье	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

# **Майя Гоголан**

## **Почему мы болеем и как с ЭТИМ бороться. Законы здоровья**

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Данное издание не является учебником по медицине.

Все лечебные процедуры должны быть согласованы с лечащим врачом.

Популярное издание

© Гоголан, М., 2013

© ООО «Издательство Астрель», 2013

## От автора

На книжном рынке сейчас появилось множество книг по целительству. В них приводятся многочисленные рекомендации и советы – как сохранить здоровье, что делать, чтобы излечиться от недуга. Однако несмотря на изобилие такой литературы, в сознании читателей нагромождаются лишь отдельные примеры и способы без конструктивных и ясных представлений – как не болеть. Возможно ли это вообще? Или болезнь – неотвратимое бедствие и постоянный спутник человека?

Большинство людей так и считают. Печально, что так думают и некоторые врачи. Но разве у болезни нет причин? А если есть причины, то можно найти средства их устранения.

Когда автомобилист нарушает правила движения, его штрафуют и даже лишают права вождения. Если кто-то совершает преступление, его неминуемо ждет наказание. А что происходит с человеком, который преступает незыблемые Законы Природы? Ответ один: сама Жизнь отворачивается и уходит от него.

Кто из нас знает эти Законы?

Во всех школах мира обучают чему угодно, в том числе абсолютно бесполезным и ненужным вещам, но никто и нигде не учит людей, как обращаться с самым сложным, важным и дорогим – собственным организмом.

Эта книга является попыткой обобщить достижения современных научных знаний о здоровье и на основе этого создать ясное, четкое представление о способах и приемах совершенствования физических, психических, нравственных и духовных сил человека естественными методами.

Может быть, у читателей возникнет вопрос: почему за это дело взялась я, а не медики или ученые?

Ученые пишут много и интересно, но пишут они каждый о своем: кто о питании, кто о физиотерапии, кто о биоэнергетике, о дыхании, о движении и т. д. Человеческий же организм – единый, целый, неделимый. Поэтому целостного представления о здоровье, например, у молодой матери, нет, а значит, не будет его и у последующих поколений. Кроме того, поражает манера изложения многих ученых: они словно сговорились создать особый, никому, кроме узкого круга коллег, не понятный язык, где мысль выражена таким образом, чтобы не каждый ее понял. Словно пишется все лишь для Ученого совета или Высшей аттестационной комиссии. Этим грешат, к слову, даже школьные учебники.

Мне с детства приходилось «переделывать» для себя их страницы, а когда я училась в университете, – «переписывать» труды «классиков», вытягивая из их полемического потока слов понятную, ясную, логическую мысль; то же было и во время работы в научно-исследовательских институтах, где мне приходилось редактировать статьи ученых. Наконец, жизнь заставила меня искать, выписывать и выстраивать для себя «конкретные советы» из книг по целительству, когда медицина оказалась бессильна перед моими болезнями. Так что для меня это уже довольно привычная работа.

Кроме того, я журналист. Моя обязанность – добывать, искать и находить информацию, осмысливать и излагать ее своим читателям или слушателям. Мне эта работа интересна. А когда человек знает, что может помочь кому-то, ему всегда хочется поделиться своими знаниями с другими. Я не могу молчать, когда знаю, что могу помочь. Буду рада, если кто-то также возьмется за такую работу. Эта работа нужна всем.

Это и заставило меня найти, обобщить и изложить в доступной форме мысли таких замечательных ученых и врачей как И. П. Павлов, В. И. Вернадский, А. А. Ухтомский, И. И. Мечников, И. В. Давыдовский, А. С. Сперанский, А. С. Залманов, Ю. Александрович, А. Хейг, А. Герзон, М. Бирхер-Биннер, А. Крот, М. Рубнер, Г. Шелтон, П. Брэгг, Дж. Гласе, Д. Джар-

вис, К. Ниши, М. Ватанабе, М. Горен, Ю. Николаев, и многих других, а также использовать некоторые полезные советы из энциклопедических словарей и справочников: А. И. Белова, Ю. Гуцо, Г. З. и З. Г. Минеджян, опыт Х. и М. Даймонд, А. Я. Белоусовой, С. Бородина, и многих других.

Безусловно, знания человечества о себе постоянно будут пополняться, развиваться и расширяться, поэтому трудно изложить в одной книге все, что накоплено наукой о человеке. Однако то, что накоплено, надо осваивать.

Начнем учиться быть и оставаться здоровыми для добрых дел любви и мира на Земле.

Доброго всем пути по дороге познания и совершенствования; и пусть вам сопутствуют Воля, Терпение, Любовь и Вера.

Майя Гоголан

## Здоровье – дар природы

Умеем ли мы беречь здоровье? Большинство людей уверены, что об их здоровье должен заботиться врач. Такая позиция по меньшей мере наивна. Ни один врач, и даже ни одна мать не могут сделать для другого человека того, что человек может и должен сделать для себя сам.

Здоровье, как и жизнь, – личное богатство. Как распорядится ими человек, зависит лишь от его знаний, умений, навыков и воли.

Здоровье даруется нам вместе с жизнью – как обычная функция или принадлежность – как дыхание, пищеварение, кровообращение, экскреция и т. д. Может быть, по этому никто и не думает о здоровье, пока его не потеряет. Здоровье подчиняется общим законам, царящим во Вселенной, без знания и соблюдения которых жизнь невозможна. Поэтому каждый из нас обязан усвоить хотя бы то, что известно науке о человеке и его здоровье.

К сожалению, здорового человека совсем не изучают. О болезнях же кое-что известно: их признаки (симптомы), процесс развития, лекарственные способы их лечения. Но у каждой болезни есть своя причина. Только эта причина может вызвать повреждение клетки, тканей, органов, а повреждение приводит к нарушению функций, что проявляется определенными симптомами (боль, покраснение, повышение температуры, зуд, тошнота, рвота и т. п.). Таким образом, схема одна: причина – повреждение – нарушение (или болезнь).

В каждом живом организме есть целительные силы Природы – «внутренняя аптека», «внутренний врач» – великие компенсаторные и приспособительные силы.

Как реагирует организм на нарушение функций? Прежде всего организм пытается сам устранить причину таких нарушений: как правило, это сопровождается дискомфортом, который неграмотный человек считает болезнью и спешит справиться с ней любыми способами. Однако то, что принимается за болезнь, есть целительные физиологические процессы – попытки организма собственными силами восстановить здоровье.

Например, когда у вас повышается температура, это свидетельствует о том, что организм пытается «сжечь» накопившиеся в крови токсины (ядовитые вещества), поэтому не следует торопиться сбивать температуру, не надо мешать организму вырабатывать антитела и тем самым повышать свой иммунитет, не надо насыщать и без того перегруженные печень и почки дополнительными ядами.

Когда яды накапливаются в крови, организм сжимает сосуды, чтобы защитить себя, не допустить проникновения ядов в клетки. Эта предохранительная мера, естественно, сопровождается повышением артериального давления. Знающий человек будет просто пить воду и очищать себя, а тот, кто не знает причины подъема давления, бросится к лекарствам, чтобы с их помощью добиться расширения сосудов, не ведая того, что сам широко открывает двери для проникновения в кровь ядов.

Надо знать и всегда помнить; все, что происходит в организме, прежде всего совершается во имя спасения его жизни.

Болезнь не наваливается на человека сразу. Как правило, нездоровое хроническое состояние бывает результатом долгих дней, когда постоянно нарушаются законы здоровья и когда целительные силы организма становятся бессильными перед невежеством человека.

«Болезнь – это драма в двух актах, из которых первый разыгрывается в угрюмой тишине наших тканей при погашенных огнях, – писал французский ученый Лериш. – Когда же появляется боль или другие неприятные явления, это почти всегда второй акт». Даже если второй акт уже наступил, не следует уповать на лекарства, они вряд ли помогут вам. Лучше подумайте, что вы делаете неправильно и от каких глупостей следует отказаться.

### **Что необходимо знать прежде всего?**

Все лекарства – неорганические (неживые) вещества, из которых организм неспособен создать ни одной живой клеточки. Все неорганические вещества в организме человека превращаются, как известно, в соль щавелевой кислоты, которая накапливается, превращается в отложения и является основой для образования камней, развития артрозов, артритов, атеросклероза и т. д. Кроме того, если организм получает «готовый продукт» (витамины, глюкозу, гормоны, микроэлементы, лекарства – антитела для уничтожения вирусов или микробов), то сам он как бы бездействует, то есть системы, которые должны участвовать в создании этих веществ, перестают функционировать.

Помните Закон Жизни: все, что не работает, – отмирает.

Значит, органы, которые должны участвовать в создании необходимых веществ в организме, могут погибнуть, отмереть. Но организм в них нуждается, и если они не работают, человек спешит получить помощь извне. Постепенно организм привыкает к такой помощи, так как без нее он становится бессильным, как наркоман без наркотиков. Лекарственное лечение вызывает затем новые заболевания или осложнения, так появляется необходимость все в новых и новых лекарствах. Если человек постоянно получает ферменты, гормоны, витамины извне, в его организме нарушаются все жизненно важные процессы обмена веществ.

Известна мудрая японская пословица: «Не корми меня рыбкой, лучше научи меня ее ловить!»

Когда врач предлагает лекарства, он кормит больного готовой «рыбкой» вместо того, чтобы научить его управлять силами своего организма. Больной съедает «рыбку», успокаивается, но вскоре вновь «приходит час голода», и тогда ему ничего не остается, как снова обращаться к врачу. Не лучше ли научиться самому не допускать того, что может вызвать болезнь? А уж если она пришла, – знать, как с ней покончить, подняв на борьбу естественные силы своего организма.

**Как вернуть утраченное здоровье?** Есть лишь один способ, с помощью которого можно вернуть здоровье: вернуться к такому образу жизни, который предписан человеку Природой.

Правильный образ жизни – не только лучший защитник от болезней, но и верный способ их излечения.

Казалось бы, нет ничего сложного, однако все дело в привычках. Они не даны нам свыше, а пришли к нам по наследству от мамы с папой: наши родители получили эти привычки от своих родителей, наши дети получают их от нас, а дети наших детей – от своих родителей. Как же прекратить эту цепь нелепостей? Вопрос ясен: придется переучивать себя. Часто в таких случаях приходится слышать: «Этого я никогда не смогу!», или: «У меня нет воли», или: «Нет времени!» Но другого пути нет. До тех пор пока человек не поймет этого, он будет страдать от болезней. Непонимание – следствие невежества.

С глупостью бороться бесполезно, но с невежеством – можно!

К сожалению, народы слишком много воюют. А война превращает одних людей в убийц-роботов, других – в их жертвы. Война ничему не учит, кроме умения убивать, лгать, ограничивать свои естественные потребности, приспосабливаться.

Природа молча смотрит на нас. Но у нее хорошая память. Ее законы беспристрастны и неизблемы. Они работают всегда и везде, и перед этими законами все: богатые и бедные, талантливые и бездарные, красивые и уродливые, удачливые и неудачливые – равны. Природу нельзя ни обмануть, ни обойти, ни купить.

Природу можно завоевать, лишь подчиняясь ее законам.

И не убеждайте себя в том, будто вы чего-то не можете сделать. Для себя вы можете все! Ваша воля, ваша потребность в преодолении препятствий заложены в вас от рождения, а это значит, что вы способны бороться за свое здоровье.

Не следует терять время на поиски «модного» целителя. Надо самому стать грамотным! Каждая мать и каждый воспитатель, педагог должны быть грамотными и уметь правильно решать вопросы, связанные со здоровьем детей и близких.

Пора вернуть людям те нормы и ту культуру здоровья, которые складывались веками с момента образования человеческого общества.

В своей книге «Тайная мудрость организма» замечательный врач и мыслитель А. С. Залманов писал: «В старом доме классической медицины есть бесчисленные сокровища. Но эти сокровища разбросаны в подвалах и на чердаках, забыты, оставлены без внимания, покрыты пылью. Чтобы обнаружить эти драгоценные частицы знаний, чтобы сделать отбор, нужно быть вооруженным направляющими идеями, доктринальным ситом для отсеивания ценных крупиц».

Попробуем сделать свои знания ясными и логичными!

Примерно 100 лет назад было обнаружено, что многие болезни вызываются микроорганизмами. Медицина усиленно занялась их исследованием и поиском: их разрушали, устраняли, против них предпринимали профилактические меры. Но человек продолжает болеть.

Еще через 50 лет было сделано новое открытие: оказалось, что причиной заболеваний являются не только микроорганизмы, но и недостаток минеральных солей в пище. Было решено назначать больным те или иные минеральные вещества, которые им требуются (например, кальций, фосфор, железо, магний). Однако и на этот раз болезни не были побеждены.

Спустя еще несколько лет стали известны болезни, развивающиеся при отсутствии определенных витаминов. Казалось, справиться с этим нетрудно – достаточно прописать больному витамины в форме таблеток или инъекций. И снова неудача! Болезни не прекращались.

Вскоре внимание медиков было привлечено к гормонам, недостаток которых в организме также вызывал ряд патологических состояний. Значит, нужно давать больному гормоны, полученные синтетическим путем. Если же организм вырабатывает излишние гормоны, можно хирургическим путем «чуть-чуть подправить» железы внутренней секреции, и дело с концом!

Как видите, во всех случаях на первый план выступают физико-механические процессы: устранить микроорганизмы (из крови, мочи, мокроты и т. д.) путем применения сильнодействующих лекарственных препаратов, ввести в организм недостающие витамины, микроэлементы или гормоны. Так считает академическая медицина.

Однако задолго до ее возникновения человечество знало другой путь лечения – путь естественной терапии, названный впоследствии Натуральной Гигиеной, о принципах которой подробно рассказывалось в моей книге «Прощайтесь с болезнями». Подход Натуральной Гигиены к болезням совсем иной.

Разумеется, некоторые заболевания (грипп, ангина, воспаление легких, туберкулез и т. д.) развиваются под воздействием микроорганизмов. Но и к этим болезням естественная терапия подходит с других позиций. Об этом пишут выдающиеся врачи современности А. С. Сперанский, И. В. Давыдовский, И. И. Мечников, А. С. Залманов, К. Ниши, М. Горен, Г. Шелтон, П. Брэгг и др.

«Не существует локальных заболеваний, болезней отдельных органов. Болен всегда человек в целом. Не существует локального лечения. Нет ни одного терапевтического мероприятия, которое не производило бы больших или меньших гуморальных изменений в организме. Малейший терапевтический акт, даже самый незначительный, имеет важные биологические последствия, вызывает сложные химические явления, движения жидкостей, лейкоцитарные перемещения, вазомоторные действия», – пишет А. С. Залманов.

Чтобы читателю было ясно, слово «гуморальный» означает здесь жидкости организма (кровь, тканевые жидкости, лимфа); слово «вазомоторный» – движение по сосудам; «лейкоцитарный» – движение клеток лейкоцитов.

#### **А как решает проблему здоровья врач-натуропат в подходе к больному?**

Прежде чем что-то предпринимать, врач-натуропат стремится понять:

- Почему возникло то или иное явление у данного человека?
- Почему именно у него, а не у других?
- Почему это явление возникло сейчас, а не проявилось раньше?
- Какой образ жизни вел и продолжает вести человек?
- Чем он питается?
- Каково его окружение?
- Какие жизненные проблемы его волнуют?

Только ответив на все эти вопросы, можно понять причины заболевания, и лишь после этого следует подумать над тем, какой образ жизни должен вести человек, чтобы избавиться от болезни. Именно об изменении образа жизни должна идти речь.

Во всех подобных случаях надо исходить из предположения, что человек допустил какие-то нарушения Законов Жизни. Всякий недуг может быть полностью ликвидирован только после перехода к более правильному, более здоровому образу жизни.

Какое бы восхищение ни вызывали достижения фармакологии, хирургии и генной инженерии, всякая болезнь начинается с причины, без устранения которой никакие лекарства помочь не в силах.

Вспомните: после многих лет очевидных положительных результатов применения антибиотиков выяснилось, что именно они способствуют развитию в организме человека новых видов бактерий, которые абсолютно не реагируют на антибиотики. Мало того, начали возникать новые формы воспаления легких, против которых пенициллин и сульфаниламиды также стали бессильны. Оказалось, что микроорганизмы обладают способностью приспосабливаться к той среде, в которой живут.

Почему бы и человеку не ориентироваться на приспособительные способности своего организма? Если человек справился с заболеванием естественными методами: правильно подобранной диетой, регулированием потоотделения, воздействием свежего воздуха, очистительными клизмами, настоями из трав, специальными упражнениями для усиления циркуляции крови – ему нечего бояться.

Натуральная (естественная) терапия относится к микробам без всякого страха. Известно, что люди, которые ведут правильный образ жизни, не подвергаются инфекциям: это грозит тем, кто позволяет себе излишества в пище, переходящие в обжорство, злоупотребляет курением, алкоголем, переутомляется на работе, не следит за систематическим очищением организма и т. д.

Более того, некоторые микробы не только совершенно безвредны, но даже до определенной степени полезны человеку. Это те микроорганизмы, которые живут в симбиозе (сожительстве) с человеком: хотя они и питаются его кровью и соками, но зато сдерживают активность его врагов – патогенных микробов. Однако при физической усталости человека, переохлаждении, переедании или других нарушениях образа жизни в поведении этих микробов могут произойти изменения, и тогда, чтобы справиться с ними, возможен только один выход – срочно вернуться к нормальному образу жизни.

## Что значит «нормальный образ жизни»?

Жизненные циклы построены на равновесии всех противоборствующих сил: прием и выделение, тепло и холод, анионы и катионы (отрицательно и положительно заряженные частицы), кислоты и щелочи и т. д. До тех пор пока сохраняется равновесие этих сил, не нарушится и здоровье. Нормальный образ жизни предполагает подчинение этому закону. Речь идет о таком образе жизни, который построен на заботе о поддержании этого равновесия, на укреплении и повышении сопротивляемости организма любым неблагоприятным обстоятельствам и воздействиям. Это возможно при ежедневной тренировке целительных сил, заложенных в организме, и при очищении каждой его клетки.

Здоровый крепкий организм награжден способностью оказывать действенное сопротивление любым бактериям, любым вторжениям извне, в то время как ослабленный организм легко становится их жертвой. Вот почему бесполезно бороться с отдельными микробами, вызывающими специфическое заболевание, как это принято в академической медицине. Это все равно, что по одному вылавливать тараканов, не произведя общего очищения всего дома.

Главное – надо постоянно и систематически выводить из организма токсические вещества, вырабатываемые бактериями.

Выводятся токсины через отверстия-выходы: задний проход, мочеиспускательное отверстие, легкие (при выдыхании воздуха), через кожный покров, во время месячных у женщин.

Усилия любого человека, тем более больного, должны быть направлены на то, чтобы организм был постоянно чистым как внешне, так и изнутри, чтобы он постоянно освобождался от ядов и других токсичных веществ. Необходимо также следить за тем, чтобы он как можно меньше засорялся.

Именно с таких позиций подходит Натуральная Гигиена к профилактике и лечению инфекционных болезней. Даже при массовых эпидемиях забота об общем состоянии организма, о его активном очищении – самая важная мера.

Во всех случаях, когда это возможно, за исключением экстремальных обстоятельств, таких как война или стихийное бедствие, над помнить: при естественном лечении полностью исключаются медикаменты.

Если не забывать истину, что Жизнь – это биоэнергия, а болезненные явления – это снижение или даже потери уровня энергетического баланса в организме, то надо признать, что самое разумное – это естественные методы восстановления энергии организма, которые прежде всего должны начинаться с отказа от всего, что может снизить сопротивляемость, уменьшить его иммунитет.

В этом состоит разница между академическими и естественными методами лечения.

### **А что делать при недостатке витаминов или минеральных солей?**

В современных медицинских кругах принято считать, что практически у каждого человека недостает в организме того или иного витамина или микроэлемента. Поэтому врачи постоянно рекомендуют своим пациентам принимать витамин С, витамины группы В и некоторые препараты, содержащие кальций, магний, фосфор и т. д.

Нельзя не признать, что эти таблетки, порошки и инъекции на какой-то срок оказывают эффективное действие, облегчая состояние человека, но при этом организм «разучается работать», то есть самостоятельно синтезировать эти вещества из природных продуктов питания, и как только прекратится поставка искусственных препаратов, организм уже не может вырабатывать их сам. Он или погибнет, или до конца своих дней будет привязан к фармацевтическим средствам, что, как известно, также приводит к трагическим последствиям.

Только наивный человек может думать, что уже известны все существующие в природе витамины, минеральные соли и другие элементы.

Разумеется, сегодня о них знают гораздо больше, чем раньше. Но кто знает, сколько еще неизвестных, но полезных для человека веществ содержится в свежих фруктах, овощах, естественных соках, в картофеле, зернах, орехах – тех элементов, которые еще не фигурируют в современных трудах по химии и медицине?

Ни один врач не станет утверждать, что положения, изложенные в медицинских учебниках десятилетней давности, полностью пригодны для обучения студентов сегодня. Какая же может быть уверенность в том, что данные сегодняшней науки не окажутся устаревшими через десять лет?

Методы же естественной терапии никогда не устаревают. Их открыли наши древние предки. Они передавались из поколения в поколение. Эти открытия базируются на тысячелетнем опыте поколений. И мы не имеем права пренебрегать ими.

Надо помнить: любая болезнь, как бы она ни называлась – насморк, грипп, воспаление легких, бурсит или рак, – есть результат постоянных нарушений Законов Природы.

Постепенно накапливаясь, эти нарушения изменяют экологию (родную среду) организма, и на базе этих нарушений развиваются патологические микробы, продукты распада жизнедеятельности которых отравляют организм, способствуя проявлению различных болезней.

Понимая причины возникновения болезней, Натуральная Гигиена не воюет с болезнями, не выступает против Природы – она с ней заодно. И поэтому она категорически протестует против приема сильно действующих средств для избавления от простой простуды или даже предупреждения гриппа. Известно, что спустя несколько недель человек, принимавший лекарства, все равно подвергается новой болезни, спустя пару месяцев – новому гриппу. А если он и дальше будет усиленно глотать лекарства, то окажется лицом к лицу с хроническими заболеваниями.

Легкие заболевания должны протекать своим чередом, надо лишь создавать условия для скорейшего выздоровления силами самого организма, помогая ему покоем, теплом, доступом свежего воздуха, очищением, питьем хорошего качества воды и травяных настоев.

Задача Натуральной Гигиены – поддержать, помочь и восстановить равновесие постоянно противоборствующих между собой сил в больном организме путем выведения из него токсичных веществ и создания максимальных условий для накопления жизненной энергии.

### **Что необходимо предпринять при серьезных хронических заболеваниях?**

У Натуральной Гигиены и здесь свой подход. Если речь идет о серьезных, длительных заболеваниях, то естественные методы лечения не ограничиваются исключительно диетой и здоровым образом жизни. В таких случаях натуропаты прибегают к дополнительным методам, сходным с теми, которые известны выпускникам медицинских факультетов.

Это диетическое лечение (бессолевая диета, сопровождающаяся очистительными клизмами), упражнения, способствующие усилению циркуляции крови, массаж кожи и суставов, сыроедение, очищение пищеварительного тракта при хронических запорах, кожное и клеточное дыхание, стимуляция мочеиспускания, прогревание, ванны, банки, горчичники, обертывания, настои трав и т. д. Немалую роль в этом играют положительные эмоции и продолжительность сна.

## Натуральная гигиена и траволечение

Все травы, используемые в естественной терапии, хорошо известны и академической медицине, но существует принципиальная разница между травами и медикаментами, изготовленными на их основе. Эти препараты стали усиленно рекомендовать и пропагандировать в официальной фармакологии и медицине.

Академическая медицина уверяет, что применяет лекарственные травы более «чистыми», более «концентрированными». Однако растение, к которому притронулась «промышленная» рука, лишается жизненной силы (энзим), а после любой обработки превращается в ядовитые отложения.

В результате обработки трав и растений в них погибают структуры, создающие в клетках энергию жизни.

Естественные методы лечения решительно отвергают любые лекарства именно по этой причине.

В естественном виде лекарственные вещества находятся в сочетании с другими, неизвестными еще науке химическими веществами, что обеспечивает более полное и эффективное их действие. Лечебное же вещество, полученное химическим путем, снижает активность целебных сил растения и преобразуется в организме в неперевариваемые отложения – оксалаты. Разница между «живым» листом растения и лекарственным препаратом, созданным из него, такая же, как между солнечным светом и искусственным освещением.

Естественные методы лечения не нуждаются ни в каких химических препаратах.

В течение миллионов лет организм животных и человека в процессе приспособления к окружающей среде выработал замечательное свойство – сопротивляемость любым вредоносным воздействиям. Эта особенность названа И. П. Павловым «физиологической мерой против болезни», а японский врач-натуропат Кацудзо Ниши дал ей название-определение: «Целительные Силы Природы». Только эти силы позволяют живому организму выходить победителем из любых опасных ситуаций без какой-либо посторонней помощи.

Надо помнить: наше выздоровление зависит исключительно от способности нашего организма к выздоровлению.

Как же научиться сохранять свое здоровье, дарованное каждому из нас при рождении? Где найти такую науку, которая учила бы нас этому?

## **Наука о здоровье**

О болезнях написан миллион научных трактатов и популярных брошюр, изданы тысячи энциклопедий, словарей и справочников, но до сих пор не создано даже элементарного руководства по культуре здоровья.

## **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.