

Анатолий Черкасов

Комплексная противораковая оздоровительная система

Руководство
по предупреждению
онкологических заболеваний
и реабилитации больных этими
заболеваниями. Альтернативные
методы исцеления

Анатолий Черкасов

**Комплексная противораковая
оздоровительная система.
Руководство по предупреждению
онкологических заболеваний и
реабилитации больных этими
заболеваниями. Альтернативные
методы исцеления**

«Издательские решения»

Черкасов А.

Комплексная противораковая оздоровительная система.

Руководство по предупреждению онкологических заболеваний и реабилитации больных этими заболеваниями. Альтернативные методы исцеления / А. Черкасов — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-837077-9

Эта книга является результатом 40-летних научных поисков причин развития рака, методов профилактики и методов исцеления. Результатом поисков стала комплексная противораковая оздоровительная система (КОС), с помощью которой каждый человек сможет излечить широкий круг хронических заболеваний и предотвратить онкологические заболевания. 10-летняя проверка КОС показала свою эффективность по исцелению от таких предраковых заболеваний, как гастрит, колит, нефрит и некоторых онкологических заболеваний.

ISBN 978-5-44-837077-9

© Черкасов А.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие	6
Введение	7
Причины	8
Лечение	10
Профилактика и реабилитация	12
Часть 1	14
Глава 1. История наших поисков	14
Глава 2. Причины хронических заболеваний с позиций различных медицинских школ	19
Древнекитайская медицина	19
Древнеиндийская медицина	20
Тибетская медицина	21
Арабская Медицина	21
Европейская медицина раннего периода	22
Современная медицина	23
Глава 3. Натуральная гигиена	25
Краткие сведения о Г. Шелтоне	26
«Итис» (по Г. Шелтону)	27
Причины токсемии	27
Конец ознакомительного фрагмента.	29

**Комплексная противораковая
оздоровительная система
Руководство по предупреждению
онкологических заболеваний
и реабилитации больных
этими заболеваниями.
Альтернативные методы исцеления
Анатолий Черкасов**

© Анатолий Черкасов, 2017

ISBN 978-5-4483-7077-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Здравствуйте!

Мы все каждый день желаем друг другу здоровья, но продолжаем болеть.

Мы все точно уверены, что важнее здоровья ничего нет, и ничего не делаем для того чтобы быть здоровыми. Почему так происходит?

Прежде всего, потому, что мы не знаем методов восстановления здоровья и предотвращения хронических и онкологических заболеваний.

Проблема предотвращения и лечения онкологических заболеваний в рамках классической медицины всё также далека от решения, как и 50 лет назад. В то же время в мире существует несколько противораковых оздоровительных систем достаточно успешно излечивающих больных раком (под раком мы будем понимать весь комплекс онкологических заболеваний без уточнения их локализации и разновидностей). Это макробиотика (системы лечебного питания, возникшие на востоке – в Китае и Японии), противораковая диета Моэрмана, система здоровья Ниши, китайская энергетическая оздоровительная система цигун, очистительные практики Уокера и противораковая фитотерапия. Сотни тысяч больных были излечены во всём мире с помощью этих систем. В нашей отечественной народной медицине имеются десятки рецептов исцеления от рака.

Однако применение каждой из этих систем или каждого отдельного рецепта по отдельности не даёт надёжного результата. 25 лет назад нами была создана Комплексная противораковая оздоровительная система, КОС, содержащая 10 обязательных этапов оздоровления. Она возникла как синтез всех мировых противораковых систем на основе последних научных исследований, выполненных в ведущих научных центрах Российской академии наук и в крупнейших медицинских диагностических центрах. Её назначение – разрушить все звенья патологической цепи из дисфункций и хронических заболеваний, приводящей к развитию рака.

Задача этой книги научить читателя методам восстановления и сохранения здоровья, а также методам не медикаментозного лечения самых широко распространённых хронических заболеваний. В основу этой книге заложен 20-ти летний опыт работы школы здоровья, слушатели которой знакомятся с теорией хронических заболеваний, изучают мировые оздоровительные системы и осваивают «Комплексную Оздоровительную Систему» (КОС), разработанную автором на основе мировых оздоровительных и противораковых систем. Мы заочно по этому руководству обучим вас методам сохранения и восстановления здоровья. Кроме того, мы постараемся отразить имеющиеся знания по причинам возникновения хронических и онкологических заболеваний и дать Вам методы оздоровления и лечения хронических и онкологических заболеваний. И, наконец, Вы получите методы продления жизни человека доступные для каждого.

Руководство рассчитано на тех, кто сам готов трудиться над своим здоровьем и долголетием.

Будем здоровы!

Введение

Победа над раком была одержана многokrатно, и у каждого человека имеется возможность не допустить это заболевание

«Нет ничего проще, чем лечить рак». Эти слова принадлежат создателю противораковой системы доктору Джоржу Осаве, вылечившему от онкозаболеваний более тысячи пациентов. Такого же мнения придерживались создатели других противораковых систем – М. Куши, который также вылечил от онкозаболеваний тысячи пациентов (Куши М., Куши А., 2005).

Проблема рака как всякая медицинская проблема включает в себя четыре составляющих: этиологию – причины развития онкологических заболеваний, профилактику, лечение, и реабилитацию. Сегодня мы можем получить исчерпывающие ответы по всем трём аспектам проблемы рака и получить методы исцеления от рака и методы предотвращения рака.

Причины

Главным вопросом в проблеме заболеваемости раком является следующий: почему происходит сбой в иммунной системе, отвечающей за опознание и уничтожение раковых клеток? В 1971 г. В лаборатории патологии и микробиологии штата Вашингтон супруги К. и И. Хельштрем обнаружили в плазме крови больных вещество, блокирующее цитотоксические свойства лимфоцитов. Они назвали его «блокирующим фактором». Этот фактор вызывал выключение антигенных рецепторов лимфоидных клеток, теряющих тем самым способность опознавать чужеродную клетку. Этот фактор может быть устранён обычным промыванием. Этот фактор исчезает также у пациентов, излеченных от опухолей. Он оказался «антигенным мусором» – продуктом распада клеток опухоли. Известно, что 90% опухолевых клеток гибнет, что приводит к выбросу в кровь продуктов клеточного некроза, которые способны забить каналы получения и обработки антигенной информации. Подобное состояние может возникать в организме при попадании через слизистую оболочку кишечника продуктов гниения белковой пищи при нарушении процесса выработки пищеварительных ферментов и при условии нарушения барьерных свойств слизистой оболочкой кишечника, а также при нарушении функций очищения крови в печени, поступающей из кишечника через печень во все внутренние органы.

С другой стороны известно, что онкологические заболевания не развиваются без многолетних и серьёзных нарушений в состоянии физиологических систем и внутренних органов. Рак можно рассматривать как вершину пирамиды, в основании которой находятся дисфункции и хронические заболевания внутренних органов. Ведущими дисфункциями являются низкая кислотность желудочного сока и снижение очистительной функции печени, инактивирующей токсины, поступающие по воротной вене из кишечника. Ряд хронических заболеваний считаются предраковыми состояниями. Такими состояниями считаются заболевания ЖКТ – гастрит, колит, а также хронические воспалительные заболевания почек, печени и других органов.

Мировой опыт по изучению заболеваемости и исцеления указывает на то, что здоровые люди раком не болеют. Одной из отправных точек наших поисков и разработок стали результаты экспериментов по пересадке опухолей на людях. Ряд таких опытов поставил, в частности, Честер Сутэм из Института Слоуна – Кеттеринга на заключенных каторжной тюрьмы штата Огайо. Причем, на напечатанное в тюремной газете объявление о наборе добровольцев откликнулось более сотни заключенных. В соответствующем сообщении от июня 1958 года они охарактеризованы как «люди, запятнавшие себя отвратительнейшими антиобщественными действиями: убийцы, насильники, отъявленные мошенники и головорезы». Из ста добровольцев для начальной пробы отобрали четырнадцать. Во всех случаях пересадка злокачественной опухоли окончилась неудачей. На 14 добровольцах было показано, что пересадка ткани злокачественной опухоли в тело здорового человека не приводит к развитию рака («Человек против рака», Глемзер Б., 1972).

Американское противораковое общество – American Cancer Society (ACS), изучавшее причины развития онкологических заболеваний, установило степень влияния основных факторов, способствующих развитию этих заболеваний.

Главным итогом деятельности этой организации по изучению рака является заключение, что заболеваемость раком может быть снижена на 80% благодаря устранению уже известных канцерогенных факторов. Удельный вес канцерогенных факторов сегодня представлен следующим образом: неправильная структура питания – 30% – 35%, курение – 25% – 30%, инфекционные (вирусные) агенты – 17%, алкоголь – 4%, радиация и вредные условия среды загрязнения – 2%, отягощённая наследственность – 2%, неизвестные факторы 18% – 22%.

ACS полагает, что 4 из 5 заболевших раком могли бы не заболеть и быть спасены, если смогли бы устранить перечисленные выше факторы! Вместе с тем, 20% канцерогенных факторов остаются неопределёнными.

Лечение

Во второй половине XX века серьёзным прорывом в методах лечения рака стала новая или холистическая медицина. В последние десятилетия вышло довольно много работ, посвященных «новой медицине» или холистической медицине (целостной от английского слова whole [хоул] – целый). Холистическая медицина получила официальное признание в развитых странах. В США многие годы функционирует Американское общество натуральной медицины и Институт Куси и Фонд Куси. М. Куси – американский врач-теоретик и практик холистической медицины, один из авторов макробиотического способа лечения рака (Куши М., 1996; Куши М., Куши А., 2005). В отличие от классической медицины, изучающей болезни человека на клеточно-молекулярном, биохимическом и генетическом уровнях, и разрабатывающей лечебные средства как химиотерапевтические лекарственные препараты, холистическая медицина анализирует комплексное воздействие на человека, прежде всего, внешних, экзогенных, факторов: питания, двигательной активности, закаливания, психогигиены, дыхания, состояния природной среды и т. п. Происхождение и причины рака новая медицина трактует следующим образом:

- рак это болезнь всего организма, а не части клеток или одного органа;
- рак есть «венец болезни» – конечное звено единой патологической цепи, развитие которой даёт токсемия или накопление сверх меры токсинов в организме;
- раковый процесс происходит по причине нарушения кислотно-щелочного равновесия в крови;
- рак – дегенеративный процесс, причиной которого является неадекватное качество потребляемой пищи и напитков, кислотообразующих в своей основе: сахар, мясо, животные жиры, сыр, яйца консервы, копчености;
- причиной рака является нарушение клеточной физиологии вследствие хронического воздействия продуктов незавершенных окислительных процессов с образованием свободных радикалов и окиси углерода;
- процесс образования раковой опухоли обратим при условии изменения характера пищи, напитков и применения оздоравливающего комплекса, включающего голодание.

Ведущее место в профилактике и излечении рака новая медицина отводит питанию. Система лечебного питания, названная макробиотика (макро – много, биотика – жизнь), становится ведущей противораковой системой в мире. С её помощью были исцелены тысячи людей. Как профилактическая система она не имеет себе равных и со временем станет основой национальных программ здравоохранения по борьбе с раком. Однако, несмотря на множество исцелений, макробиотика даёт шанс исцеления далеко не всем. Альтернативная онкология, основанная на народных методах лечения рака с помощью фитопрепаратов, также не гарантирует высокий процент исцеления.

По прежнему остаётся вопрос, почему при прочих равных условиях одни люди заболевают раком, а другие нет? Чем являются те последние неизвестные 20% факторов, приводящих к развитию рака? Ответ на эти вопросы даёт доктрина академика А. Д. Сперанского о нейродистрофических процессах в организме. Основой доктрины являлись представления о трофической функции симпатической нервной системы – управлении регенеративными процессами в тканях внутренних органов со стороны симпатической нервной системы (Ажипа Я. И., 1990; Сперанский А. Д., 1980). Сотни исследований в этой области как отечественных, так и зарубежных учёных доказали, что нарушение симпатической иннервации приводит к развитию нейродистрофических процессов во внутренних органах вплоть до кровоизлияний, язвенных образований, некрозов и опухолей. Восстановление нарушенной симпатической иннервации приводит к восстановлению функций тканей и исчезновению возникших ранее

нейродистрофических нарушений, то есть к регенерации тканей. Нейродистрофические процессы проявляются как хронические воспалительные и дистрофические заболевания, приводящие к увеличению продукции токсинов в желудочно-кишечном тракте, потере барьерных свойств слизистыми оболочками кишечника и, как следствие, к аутоинтоксикации организма и утративанию иммунной защиты. Нейродистрофические процессы являются теми самыми неизвестными 20% факторов, приводящими к развитию онкологических заболеваний. Теперь с позиции современного уровня науки можно сказать, что из 5 человек, заболевших раком, 5 могли бы быть спасены, если бы они знали и могли устранить эти вредоносные факторы.

Профилактика и реабилитация

Любое заболевание легче предупредить, чем вылечить. В особенности это относится к онкологическим заболеваниям. Что нужно делать каждому человеку, чтобы восстановить здоровье и предотвратить развитие онкологических заболеваний или их рецидивов? Ответам на эти вопросы посвящена эта книга. Она посвящена эндогенным (внутренним для человека) факторам, определяющим заболеваемость и возможность исцеления от рака. Этот труд является результатом 35-летних поисков и 15-летней проверки предлагаемой нами системы предотвращения рака, реабилитации лиц, прошедших курс лечения в рамках классической медицины, а также системы лечения онкологических заболеваний в тех случаях, когда другие способы лечения не доступны или противопоказаны.

Данная работа посвящена следующим вопросам:

Чем отличается состояние человека, заболевшего раком, до начала заболевания от человека, который не заболеет раком в отдалённом будущем?

Какими методами можно предотвратить эти заболевания?

Какие лечебные методы натуральной гигиены следует применять при обнаружении онкологического заболевания до того как решиться на последние меры, трагические и необратимые по своим последствиям методы химиотерапии.

Насколько полно мы ответим на эти вопросы, судить смогут те, кто проверит на себе эффективность предлагаемой нами комплексной противораковой оздоровительной системы. Она полностью основана на случаях самоисцеления больных раком, с некоторыми из которых автор встречался лично или же они являлись его собственными пациентами. Один из компонентов проблемы рака – проблема этиологии (причин возникновения) рака решается в предлагаемой системе с точки зрения нарушения и возможности восстановления основных физиологических механизмов жизнедеятельности человека. Противораковая система доступна для широкого круга лиц независимо от возраста.

Мы в течение более тридцати лет изучали проблему борьбы с онкологическими заболеваниями, изучили практически все противораковые системы и обучали им всех желающих в первую очередь в профилактических целях. Мы поставили перед собой задачу создания на научной основе эффективной системы профилактики онкологических заболеваний и системы восстановления здоровья онкологических больных, прошедших курс лечения в рамках классической медицины. Для больных, к которым не могут быть применены методы классической медицины, данная система может быть предложена как основная лечебная система. Предлагаемая противораковая оздоровительная система не входит в противоречие ни с одной из систем лечения хронических или онкологических заболеваний и совместима с ними. Исключением являются методы массажа и коррекции позвоночника, которые, с нашей точки зрения, являются необходимыми для восстановления управляющих функций вегетативной нервной системы и основных физиологических функций организма.

Работая на протяжении многих лет в качестве руководителей школы здоровья в г. Зеленоград и проводя работу по восстановлению здоровья в группе онкобольных, мы разработали, апробировали на десятках больных и отточили комплексную систему восстановления здоровья. В эту систему вошли основные оздоровительные системы, широко применяющиеся в мире, в нужных пропорциях и в правильной с нашей точки зрения последовательности. К заслугам в своей научной деятельности мы относим анализ мировых оздоровительных систем, расшифровку восточных психофизиологических лечебных систем, их перевод с метафизического на физиологический язык, их адаптацию к российскому менталитету, разработку теоретических основ происхождения хронических заболеваний, создание комплексной противораковой оздоровительной системы и проверку этой системы на слушателях школы здоровья.

В последние два десятилетия на прилавках книжных магазинов появилось множество книг о методах лечения хронических заболеваний и рака. Каждая из этих книг содержит частицу знаний об истинных причинах болезней, однако, тёмных мест хватает в каждой такой книге. Ни одно из руководств по исцелению не даёт статистики исцеления, приводя только единичные удачные случаи. Следовательно, не даётся сколько-нибудь серьёзной гарантии исцеления. Более того, в каждом таком руководстве содержится столько недоказуемых предположений и ошибок, что они не воспринимаются ни врачами, ни другими целителями. Для того чтобы уже больному человеку разобраться во всей этой лавинообразной смеси и составить для себя доступную и эффективную лечебную систему не хватит ни времени, ни сил. Предлагаемая противораковая система является результатом научного анализа представлений о происхождении рака и результатом синтеза всех методов борьбы с ним.

Мы рассматриваем этот труд также как методическое руководство для деятельности противораковых обществ, объединяющих людей, решивших своими руками творить своё здоровье.

В эту публикацию мы включили научно-популярные разделы, понятные широкому кругу читателей, и строго научные разделы, включающие результаты наших собственных научных исследований в области профилактики и лечения хронических и онкологических заболеваний. Мы рассчитываем, что форма изложения научных материалов будет понятна не только специалистам, но также широкому кругу читателей, интересующихся научным взглядом на причины утраты здоровья и методы его восстановления.

Часть 1

Глава 1. История наших поисков

Здравствуйте! Каждый день при встрече мы говорим это слово автоматически и совсем не рассчитываем на то, что кому-нибудь от этого станет лучше. «Дай бог тебе здоровья» – следующий вариант приветствия подразумевает, что здоровье, как бы, не принадлежит человеку. Его можно получить, его можно потерять, но им нельзя управлять. Мы всё время думаем о здоровье, желаем получить его быстрее и по возможности даром, но ничего для этого не делаем. Большинство людей начинает что-то делать, когда здоровья уже нет, и им уже приходится бегать по врачам и по аптекам. Я тоже начал с бега по врачам, но вовремя перешел на бег по лесу.

По своему 25-ти летнему опыту занятия оздоровительным бегом я могу заявить о серьёзной роли бега для сохранения здоровья. Более того, я лечился бегом. Начиналось это так. В ходе своей научной деятельности на почве нервного перенапряжения и переутомления у меня начались страшнейшие головные боли, которые ничего не давали делать – ни работать, ни читать, ни писать – можно было только гулять. Сильно действующие лекарства по специальным рецептам уже не работали. Я давно знал про пользу оздоровительного бега, но бегать не любил и не хотел. И вот решил попробовать. Первый раз я пробежал 300 метров. Мне было очень плохо, но я заставил себя бегать дальше. Каждую неделю я увеличивал дистанцию вдвое. И вот я пробежал 600 м, 1200 м, 3 км, 6, 8, 12, 15, 20 км. Затем я установил себе норму – 20 км в неделю по 5 км в день. Как выяснилось, по оценке специалистов по оздоровительному бегу, это оптимальная дистанция.

Эффект бега был потрясающий. Уже на 6-ти километровой дистанции у меня прошли многомесячные головные боли, устранить которые оказались бессильны врачи. Я вдруг заметил, что начал думать над своими научными проблемами во время бега. Голова прочистилась. Нормализовался сон, исчезли тахикардия и аритмия, нормализовалось пищеварение. Я перестал ходить по врачам. Моя толстая история болезни перестала расти. У меня были хронические заболевания: гастрит на нервной почве, хронический панкреатит, холецистит или иные долгоживущие неприятности со здоровьем. После того, как я начинал бегать каждый день по 3 – 6 км в день за пару месяцев от моих хронических заболеваний ничего не оставалось. Интересно читать об этом в книгах, но проверить это на своём опыте – это почти подвиг.

И этот опыт стал основой собственной школы здоровья. И вот уже 25 лет я занимаюсь изучением вопросов здоровья, как на себе, так и на слушателях моих курсов по оздоровительным системам – Зеленоградской школы здоровья. Теперь я хожу по врачам только за справками о здоровье для ведения преподавательской деятельности и для исследования своего состояния здоровья, как объективного контроля за эффективностью исследуемых оздоровительных систем.

Бег, как лечебное средство, имеет ограниченное воздействие. Кроме того, он не всегда возможен, да и не каждый человек сможет заставить себя бегать. Так как я был захвачен идеей познания универсальной и общедоступной системой оздоровления, я начал изучать все известные мировые оздоровительные системы, проверять их на себе и пропагандировать эти системы в научных и медицинских кругах. Во все времена существовали люди, считавшие себя и свои заболевания уникальными, к которым нужно применять особые методы лечения. Эти люди мне постоянно говорили, что я хорошо выгляжу, и, возможно, это связано с моими занятиями по освоению оздоровительных систем, но к данному человеку именно эти методы неприемлемы по имеющимся у него серьёзным причинам. Кроме того, мне приводили факты и научно

обоснованные доводы о вреде той или иной системы. Для каждой системы у каждого такого человека находились причины, делавшие эту систему неприемлемой. И здесь я понял восточную мудрость: «Нет неизлечимых болезней, а есть неизлечимые люди, которые не хотят и пальцем пошевелить для своего здоровья». Но я также понял и другую вещь – не лень виновата в бездействии человека. Человек будет многие часы лежать под машиной, чистить и смазывать её, зная что, если он этого не сделает, у его автомобиля сломается соответствующая деталь. И этот человек прекрасно знает, какая это будет деталь и когда она сломается. В отношении себя у него таких знаний нет и быть не может. Нет таких знаний, которые могут для каждого отдельного человека достоверно предсказать, что если он будет питаться и дальше в соответствии с его привычками, валяться на диване, пить литрами пиво, курить и пр., то он через определённый срок получит то или иное заболевание. При этом он лишится определённого срока жизни. Если бы у человека такие знания были, наверное, он начал бы устраивать себе профилактику, как своему автомобилю. Таким людям может быть лучше жить с закрытыми глазами, точнее, закрытым умом – всё зависит от бога, наследственности, экологии и ряда других факторов, не подконтрольных человеку. От человека ничего не зависит! Надо жить, как живётся, как живут все другие и поменьше думать, потому что думать об этом страшно! Я для себя поставил вопрос: «А может быть такие знания существуют, может быть, предсказание будущего состояния здоровья возможно, может быть возможно воздействие на человека, предотвращающее предсказанный нежелательный прогноз, и возможно управление продолжительностью жизни?».

Если раньше, когда я имел букет различных болезней, я был увлечен идеей универсальной оздоровительной системы, то после избавления от этого букета я стал одержим идеей управляемого долголетия. Я стал изучать мировой опыт поиска секретов долголетия и очень быстро понял, что я не одинок – многие великие умы человечества шли по этому пути. Их опыт доступен для изучения, хотя, с одной стороны, скрыт для непосвященных за нагромождением ложных знаний и секретных формул, а с другой стороны, высоконучными заблуждениями и необоснованными гипотезами. Первое присуще восточным психофизическим системам, а второе западным медико—биологическим теориям.

Через годы поисков стало понятно, что можно жить без болезней, и что старость не обязательно наступает в 90 лет, до которых мало кто доживает. Наши научные доказали, что все хронические болезни имеют вполне устранимые причины. Большинство заболеваний, сокращающих нашу жизнь, могут быть предотвращены и вылечены без медикаментов. Здесь мы хотим отметить крайне важный взгляд на причины болезней, который у нас возник на основе нашего опыта – все люди имеют одну общую для всех физиологию, и одни и те же нарушения, вызывающие различные заболевания. Устранение причин заболеваний состоит в восстановлении нормальных физиологических процессов во внутренней среде человека. Это позволяет не только не болеть, но и долго не стареть. Как показали наши научные исследования, большинство людей подвержено преждевременному старению. Существует понятие о возрастных заболеваниях. В своей практике мы столкнулись с рядом фактов, разрушающих это понятие. Напротив, хронические заболевания и причины их вызывающие приводят к преждевременному старению организма. Более того существуют восточные системы сохранения здоровья и увеличения продолжительности жизни, которые может освоить каждый. Это китайский цигун – искусство уничтожения хронических заболеваний и продления жизни.

Современная медицина – это разрушающая человека медикаментозная терапия и химиотерапия при всех исключительно заболеваниях или хирургия, когда медикаментозная терапия оказалась бессильна. Стало понятно, что здоровье нужно зарабатывать собственным тяжелым трудом. Но это возможно только при наличии тех самых знаний о причинах болезней, на основании которых можно предсказать для каждого, какие проблемы со здоровьем у него ожидаются в ближайшие несколько лет. Эти знания существуют тысячи лет, и сейчас проис-

ходит их новое изучение и их анализ на основе современных знаний о физиологии человеческого организма. Начинается возврат к принципам восстановительной немедикаментозной профилактики и терапии. Наконец, стало понятно, что современная низкая средняя продолжительность жизни является следствием нашего узкого мировоззрения и общепринятого образа жизни, задаваемого нашим общим невежеством и ограниченными взглядами людей, на которых мы перекладываем ответственность за наше здоровье – чиновников от медицины, врачей, ученых.

Здоровье человека зависит от множества факторов и современная медицина не может ни только объяснить происхождение многих заболеваний, но и вылечить их. Разговор идёт о хронических заболеваниях, серьёзно сокращающих нашу жизнь. Что должен сделать каждый разумный человек, столкнувшись с проблемой снижения уровня здоровья? Наверное, нужно начать изучать эту проблему. Но наш сегодняшний стереотип жизни диктует нам другое – «делай, как все – зарабатывай как можно больше, питайся как можно лучше, работай как можно меньше». Но это не всё. Главное, «надо лезть наверх как можно выше потому, что все люди – конкуренты, и чем более высокую позицию в социальном статусе занимает человек, тем больше у него возможностей для выживания». Мы подчиняем себя этому стереотипу жизни и включаемся в игру за выживание в конкурентном обществе, учимся этому сами и учим этому своих детей. Мы все очень дружно играем в социальные игры – боремся за выживание и боремся в одиночку по закону джунглей – каждый сам за себя. Для одних это легко и интересно, а для других это кончается разрушением здоровья.

Что же предлагает нам наш стереотип по части здоровья – только чистить зубы. Все остальные вопросы это вопросы, находящиеся в ведении врачей, их квалификации, опыта, технического оснащения. Но кто такие врачи? Это такие же люди, как и мы с вами. Они также как все болеют и также ничего не делают для своего здоровья кроме чистки зубов. Среди них, конечно, попадаются мыслящие люди – считанные единицы – Н. Амосов, Г. Шаталова и ряд других. Но мы не пойдём к ним на приём и не станем следовать их примеру, а пойдём мы к участковому врачу, который запросто нам может сказать: «Это у вас возрастное. Начните принимать лекарства». И он по-своему прав, как права статистика заболеваемости – с возрастом все люди начинают болеть.

У каждого врача есть божество, которому он поклоняется, это его знание сотен болезней и его опыт лечения. Божественная истина состоит в следующем: «Существуют тысячи болезней, и они нападают на человека, а врач должен победить болезнь!». Существуют непроверяемые доказательства существования этого божества врачей в виде книг, фотографий, научных исследований и свидетелей – собственных и чужих пациентов, то есть больных людей. Непровержимые факты доказывают правильность той мысли, что людей нужно лечить. Для этого создаются лекарства. С каждым годом лекарства становятся сильнее и дороже с учетом, вложенного в них труда. Тем не менее, всё это сильно смахивает на религию. Существует непознанное – причины болезней и вера в то, что болезнь существует как бы отдельно от человека и для борьбы с ней нужно оружие – лекарство. Кроме существования божества медицины – стереотипа мышления врачей – существуют и рекомендации Минздрава по методам фармакологического и терапевтического лечения болезней. И врач терапевт их применяет в соответствии с имеющимися у него инструкциями. Инструкции не включают в себя понятие здоровья. Его уже нет, а есть болезнь, которую нужно лечить с помощью медикаментов, лечить без промедления, пока болезнь не зашла слишком далеко, и не стало слишком поздно. И это часто оправдано, потому что болезнь уже зашла так далеко, что применение методов натуральной медицины уже не эффективно. Но человек дошёл до этого состояния благодаря отсутствию профилактической медицины, как альтернативы лекарственному рабству и химиотерапевтическому спасению.

Существование такого стереотипа делает невозможным для врачей движение в альтернативном направлении, как и само изучение альтернативных знаний, а инструкции не позволяют применять альтернативные подходы. В медицине существует два уровня состояния здоровья – болен или здоров. Медицина давно попала под власть химиков-фармацевтов, направивших все научные исследования в области терапии по одному единственному пути – поиск медикаментозных средств борьбы с болезнями, потому что лекарства быстро действуют, и по мнению химиков только они могут восстановить человеку здоровье или спасти человеку жизнь. И врачи этому верят и несут на алтарь лекарственной терапии и химиотерапии свой труд, своё самопожертвование и свои мозги. Они забывали подумать в другом направлении, что не лекарствами едиными должен быть исцелён человек. Нужно учиться предупреждать болезни. Имеется ещё одна сложность – современная медицинская школа считает вопросы здоровья исключительно своей сферой деятельности, ограничивая развитие альтернативных направлений, как будто здоровье это обратная сторона болезни, и только ей одной, медицине, оно подконтрольно. С позиции медицины восстановление здоровья это победа над болезнью с помощью лекарств.

В тоже время всегда существовали люди, которые говорили, что человек болеет не потому, что существуют болезни, микробы, плохая наследственность, аутоиммунные реакции. Здоровый человек не болеет. Люди выздоравливают не благодаря лекарствам. Лекарства не устраняют истинные причины болезней. Болезнь это проявление защитной реакции организма на ухудшение состояния здоровья, как, например, повышение температуры есть способ активизации обмена веществ и подъёма иммунитета для борьбы с причинами, вызвавшими инфекцию, и самой инфекцией. Лекарства же подавляют и инфекцию, и защитные силы организма, разрушая здоровье. Лечить нужно не болезнь, а самого человека, многие годы зарабатывающего болезни пренебрежением к законам природы, создавшим человеческий организм. Пренебрежением к самому себе, нежеланием заниматься поддержанием нормальных физиологических процессов в своём теле человек приводит себя к больному состоянию.

Люди, говорившие это, были целителями. Они были во все времена с малым или большим багажом знаний и методов. И во все времена к ним было особое отношение. В средние века их забивали камнями, топили в проруби, сжигали на кострах, потому что только священникам разрешалось лечить людей с помощью молитвы и святой воды. В эпоху возрождения медицинские факультеты находились под контролем церкви, которая с одной стороны сильно ограничивала возможности врачей, а с другой стороны продолжала преследовать народную медицину, не позволяя самозванным целителям заниматься исцелением. Позднее после освобождения от церковной зависимости медицина попала под контроль фармацевтов, задачей которых стало производство лекарств от всех болезней, а также научные исследования по изучению их эффективности. Альтернативные направления, использующие немедикаментозные методы лечения, подавлялись, объявлялись знахарством, ненаучным подходом, опасным подходом и пр. Альтернативные направления, лишённые поддержки, становились объектом преследования, особенно, во времена охоты на ведьм, как в прямом, так и в переносном смысле.

Медицина развивалась только в одном направлении – фармакологическом. Людям нужны были лекарства потому, что лечиться с помощью лекарства проще – не нужны силы, не нужны подвиги, лежи, отдыхай, пей снадобье и поправляйся. Народ хотел лекарства от всех болезней, и он их получал. Но вместе с лекарствами он получил, зависимость от них и последствия, выражающиеся в окончательной и бесповоротной потере здоровья и зависимости от лекарств.

Несмотря на успехи медицины, заболеваемость хроническими заболеваниями не снизилась. Люди продолжают болеть так же, как болели в прошлом и по-прежнему умирают не от старости, а от болезней. Итак, вот главная мысль, которая сегодня становится ведущей:

Здоровье – это не отсутствие болезни. Здоровье – это уровень функционирования защитных сил организма и его основных физиологических механизмов, позволяющих человеку не болеть.

Однако, мы должны согласиться, что медицина приносит огромную пользу для человечества. Именно благодаря медицине, снизилась детская смертность, доходившая до 25% и смертность от инфекционных заболеваний. Средняя продолжительность жизни в развитых странах благодаря медицине и санитарии увеличилась за последнее столетие на 30 лет. Но теперь на первые места по смертности вышли сердечно-сосудистые (55%), онкологические заболевания (20%) и диабет (9%). В конце 80-х годов в нашей стране и в ряде других стран была отмечена максимальная средняя продолжительность жизни, составившая 66 лет в нашей стране и 71 год в Японии, в стране с максимальной продолжительностью жизни. С тех пор эти показатели изменились. В 2015 г. средняя продолжительность жизни в нашей стране достигла 70 лет.

Несмотря на успехи медицины и прогресс в индустрии лекарств, изобилие которых, скорость обновления поражают, а цена растут и становятся недоступными для лиц пенсионного возраста, а часто и для человека со средним достатком, уровень здоровья народа не повышается. Нам кажется, что подошло время пересмотра представления о здоровье человека, причинах болезней, методах сохранения и восстановления здоровья.

Критериями, по которым следует выбирать направление научных исследований, должны стать методы предотвращения хронических заболеваний, повышения качества жизни и увеличение продолжительность жизни. С этих позиций 20 лет назад мы начали свои собственные научные исследования путей сохранения здоровья и продления жизни.

Глава 2. Причины хронических заболеваний с позиций различных медицинских школ

В ходе развития цивилизации в разные эпохи расцветали различные культуры, передавая эстафету и наследие другим странам и народам. Высшие достижения культур во все времена рассматривались, прежде всего, с точки зрения состояния здоровья нации, как основы создания прочного и устойчивого государства. Мы попробуем сделать исторический обзор основных медицинских школ в том порядке, в котором они развивались в ходе истории, исходя только из одного вопроса – каковы истинные причины хронических заболеваний и сокращения продолжительности жизни?

Древнекитайская медицина

Уже 4 тысячи лет назад существовало руководство по причинам болезней, диагностике и терапии – «Трактат желтого императора о внутреннем». Он появился ещё до изобретения бумаги и полторы тысячи лет существовал устным виде. После изобретения бумаги он содержал 18 огромных томов. Китайские медики рассматривали человеческий организм не как совокупность внутренних органов, но видели в нём сложнейшую систему, каждый элемент которой функционально связан со всеми остальными в определённых соотношениях и по вполне определённым законам и в соответствии с гармонией с окружающим миром. Теория пяти первоэлементов У-син устанавливала взаимосвязь между внутренними органами и системами, определяя патологические и поддерживающие связи между ними. Китайская медицина имела знания о функционировании вегетативной нервной системы и регуляторных рефлекторных связях между системами и органами. Именно в Китае появилось представление о биоэнергетике человека и 32 главных энергетических каналах, соответствующим всем внутренним органам и системам организма. По энергетическим каналам распространяется жизненная энергия *ци*. Основные принципы китайской медицины состояли в следующем. Причины болезней лежат внутри организма. При достаточном количестве *ци* орган здоров, при недостатке возникает дисфункция, а затем на её основе заболевание. На основе этих теорий возникли психофизические методы исцеления болезней. Внешние факторы – холод, жара, плохой ветер (инфекции) поражают того человека, который утратил своё здоровье – внутреннюю *ци*. Для исцеления человека необходимо накопить достаточное количество *ци* и восстановить баланс энергий в теле.

Своеобразная китайская фитотерапия действовала по принципу подавления гиперактивных систем и активизации подавленных систем для восстановления равновесия в организме. Особое значение врачи древнего Китая уделяли немедикаментозным методам лечения – рефлексотерапии, диетотерапии, лечению природными ландшафтами (релаксационными техниками) и применению особой китайской гимнастики цигун. Обязанностью врача древнего Китая было поддержание здоровья своего хозяина и пациента. За это он получал деньги. Если хозяин заболел, то ему переставали платить деньги. Если больной не мог быть излечен врачом, его изгоняли и даже могли казнить. Больных врачей изгоняли или убивали, ибо какой он врач, если не смог вылечить самого себя!

Болезнь китайскими врачами рассматривалась как естественный процесс, возникающий в результате нарушения нормальных взаимоотношений, как в самом организме, так и между организмом и окружающей его средой. Врачи древнего Китая считали, что при каждом заболевании в патологический процесс вовлекается весь организм как неделимое целое, и при изменении функции одного органа неизбежно и вполне закономерно изменяются функции всех

других органов и систем. Таким образом, основные причины болезней лежат внутри человека и состоят в нарушении процессов регуляции в основных физиологических системах организма.

Именно в Китае были заложены главные принципы восстановительной медицины, состоящие в следующем: глубинные причины болезней – нарушение регуляции, а устранение причин заболевания обязательно приводит к самоисцелению.

Древнеиндийская медицина

Исторические документы свидетельствуют, что уже три тысячи лет индийская медицина находилась в расцвете. Медицина была поставлена на вполне рациональную основу. Главным принципом индийской медицины во все времена являлось положение о единстве и целостности человеческого организма. Любое заболевание рассматривалось как болезнь всего организма. Лечению подвергалась не болезнь, но сам конкретный пациент со всеми его особенностями и индивидуальными предрасположенностями, распознавание которых было развито до совершенства.

Также как и древнекитайская медицина, медицина древней Индии содержит учение о биоэнергетике человека – системе каналов, по которым циркулирует жизненная энергия – прана. Но строение энергетической системы и методы управления энергетикой сильно отличаются от китайских воззрений и содержат определённые элементы мистицизма, в отличие от чисто психофизиологического учения древних китайцев.

Опыт древнеиндийской медицины записан как основополагающее философское учение – Аюр-Веда, что означает «Книга жизни». Аюр-Веда – чисто медицинская, оздоровительная, практическая наука, которая показывает людям, как можно полностью контролировать своё здоровье и свою жизнь, изменять и продлевать её, не допуская вмешательства болезней. Аюр-Веда несёт в себе определённую философию, основанную на законах природы, и предназначена для реализации способностей сознания человека влиять на собственное тело. Аюр—Веда включает в себя знания по анатомии, физиологии, гигиене, причинах болезней, методах их профилактики и лечения. Учение состоит из нескольких частей:

- ведическая физиология, понятия о тканевых элементах, каналах циркуляции, физиологии пищеварения;
- знания о психофизиологическом устройстве, балансах и дисбалансах в организме, причинах их возникновения;
- понятия о конституциональных типах тела, методах их определения и их предрасположенности к различным заболеваниям;
- положение о аюрведическом питании, основы и правила диетологии;
- учение о причинах болезней;
- методы диагностики;
- фитотерапия;
- методы аюрведического оздоровления, включающие ароматерапию, музыкальную терапию, трансцендентальную медитацию, точечный и масляный массаж, дыхательную и физическую гимнастику, комплексное очищение организма.

Причинами хронических заболеваний в древнеиндийской медицине считаются нарушение баланса между основными системами организма. Врач возвращает здоровье, приводя все системы организма в необходимое равновесие. Характерно, что лечение пациента не прекращалось с его выздоровлением. Лекарь обязан был продолжать наблюдение за пациентом и далее, чтобы надёжно обеспечить полное восстановление функций организма, гарантирующее здоровье и активное долголетие.

Тибетская медицина

Тибетская медикаментозная медицина появилась значительно позднее на основе индийской, и оказалась почти полностью основанной на опыте индийской медицины. Основой служили те же самые теоретические предпосылки о единстве природы и человеческого организма, о том, что лечить следует не симптом, и даже не заболевший орган, а весь организм в целом. Священное медицинское руководство Тибета «Сущность целебного: трактат, содержащий сокровенные наставления касательно восьми главных статей медицины», сокращенно называемый «Чжуд-ши», является переводом с санскрита на тибетский язык. С течением времени трактат подвергся некоторой переработке тибетскими учеными, приспособившим опыт индийской медицины к условиям Тибета. Растениям Индии, которых не было в горной стране, были найдены аналоги в виде смеси тибетских трав.

Кроме того, в «Чжуд-ши» были внесены некоторые эффективные методы и средства лечения китайской медицины. Например, диагностика заболеваний по пульсу. И, наконец, тибетская медицина была дополнена совершенно особой фитотерапией на основе горных тибетских растений и тибетской минералотерапией.

Китайское учение о биоэнергетике развилось в тибетскую йогу, считающуюся одной из высших степеней по развитию высших человеческих способностей. Для изгнания болезней применялась чисто психофизическая техника разжигания внутреннего огня. При этом всё тело начинает гореть, температура тела поднимается до 41,5 град. С. На фоне голодания в организме за несколько дней сгорали все не выведенные метаболиты. Сгорали не усвоенные или не полностью переваренные питательные вещества, отложенные в тканях, а также подавлялась вся патогенная микрофлора. Происходит полная очистка организма и устранение причин инфекций. В то время, как сегодня медики безуспешно ищут пути искусственного повышения температуры человеческого тела для разрушения опухолей, в тибетской йоге эта проблема давно уже решена. Вся сложность состоит в том, что эти техники доступны только для йогов, но йоги не болеют! Автор этого обзора на себе испытал технику исцеления внутренним огнём и подтверждает возможность и эффективность такого исцеления. Однако эти техники не безопасны для людей незнакомых с биоэнергетикой или неподготовленных физически к таким мощным методам воздействия.

Арабская Медицина

Расцвет арабской медицины происходил в Средние Века (IX – XI века) во времена экспансии арабов, захвативших территорию от Гибралтара до Индии – Испания, Северная Африка, Сирия, Армения. В отличие от всех других завоевателей арабы не только не стремились уничтожить культурные ценности завоёванных государств, но даже бросились изучать эту культуру с лихорадочной энергией. Учителями арабов были греки, персы, сирийцы, индусы и китайцы. Арабы перевели и сохранили практически все труды медиков-греков. Именно благодаря арабам до нас дошли знания Эллады. Арабская медицина являлась синтезом всех известных направлений и школ, но основой её являлось учение Галена, римского врача II века н. э. Вершиной арабской медицинской мысли стал труд знаменитого арабского врача Абу—Али ибн Сина, известного в Европе как Авиценна (980 – 1037 г.г.). Труд этот назывался «Канон врачебной науки». После запрещения Инквизиции в Европе учение Авиценны стало фундаментом европейской медицины. Авиценна создал классический научный труд, который включал в себя знания о природе человека, физиологию, классификацию состояний человека, заболеваний, методов лечения и лекарств. Его формулировка понятия здоровья сегодня является отправной точкой для альтернативной медицины: «Здоровье – это способность или состо-

яние, благодаря которому функции органов, предназначенных для их выполнения, оказываются безупречными». Им были сформулированы основные принципы искусства сохранения здоровья:

- уравновешенность природы;
- правильный выбор пищи и питья;
- очистка тела от излишков;
- сохранение правильного телосложения;
- улучшение пищеварения и обмена веществ (воздуха, выдыхаемого через нос);
- защита от вредоносных природных внешних факторов (приспособление одежды);
- уравновешенность физического (физические упражнения) и душевного движения и соблюдение режима сна и бодрствования.

Все теоретические основы арабской медицины имели своим источником примитивный физиологизм греков с их понятиями жизненных соков – жидких компонентов организма, питающих органы и ткани, а именно: слизи, желтой желчи, чёрной желчи и крови. Лечебными методами были: диета, режим, массаж, бани, лечение целебными продуктами питания, очищение организма и фитотерапия. Условия жизни делились на географические, природные и социальные. Причины болезней делились на внешние и внутренние. Внешние причины заболеваний это, прежде всего, природные факторы: холод, жара, влажность, сухость, ветер, плохая вода, плохая пища, плохие условия жизни. К внешним факторам относятся также инфекции (дурной воздух). Внутренними причинами заболеваний, помимо таких общеизвестных причин как запоры, накопление слизи из-за избыточного и неправильного питания с последующим загниванием внутри организма, стали считаться факторы уже являющиеся патологическим состоянием систем организма.

Итак, причины болезней: гниlostность – гниение и брожение, переполнение сосудов соками, испорченные соки, присутствие в теле вредоносных факторов – чёрной желчи и пр. По сравнению с китайской медициной и эллинской медицины в арабской медицине средневековья было потеряно знание о внутренних причинах болезней и понятие жизненной энергии в теле человека. В эллинской медицине также было учение о жизненной энергии человека – пневме. Термин пневма, являясь по существу аналогом *ци* и праны, рассматривается как одно из внутренних проявлений физиологии организма. Существовало три вида пневмы, распространяющихся, соответственно, по венам, артериям и нервам. Под понятием пневма в настоящее время следует понимать упрощенное понятие биоэнергии – активность нервных регуляторных центров, прежде всего, активность симпатической нервной системы и эндокринной системы.

Европейская медицина раннего периода

Европейская медицина имела с одной стороны свои собственные корни народной медицины. Ссылки на существование славянской народной медицины сохранились в новгородских берестяных грамотах. Сборники медицинских трудов назывались Новгородскими Ведами. Другим источником явилась эллинская медицина, перекочевавшая в Византию. Но и та, и другая ветвь были уничтожены в огне западной и православной инквизиции, часто вместе с хранителями и продолжателями этих знаний. Лекарей топили, забивали камнями, жгли у них на спинах их собственные труды во славу Церкви.

Ещё более чудовищными были действия церковной власти в Западной Европе. В одной только крохотной Голландии, значительно опередившей в своём развитии многие другие страны, в средние века было сожжено на кострах 800000 женщин, причем, самых умных, обладающих независимым и здравым мышлением к тому же ещё красивых. В их число попа-

дали все, кто хоть чем-то выделялся из серой и дремучей, пораженной страхом и невежеством толпы. Целители и народные лекари вполне вероятно были в первых рядах.

Инквизиция отбросила культуру всех европейских стран на 2 тысячелетия назад. Лечить больных позволялось лишь коронованным особам и священникам самого высокого ранга. Все прочие люди, занимавшиеся целительством, включая священников низкого ранга, объявлялись слугами дьявола и подвергались казни. С эпохи возрождения началось развитие европейской медицины на основе арабской медицины, однако, под контролем церкви, запрещавшей анатомические исследования.

Невежество европейской медицины продолжалось практически до XIX века. Вот некоторые примеры: 200 лет назад в немецких землях действовал закон, предписывающий аптекарю то, что он должен иметь в своей аптеке. Помимо всего прочего, там упоминались: свелачки, пиявки, муравьи сушеные, ужи, жабы и раки, череп самоубийцы, кость из сердца оленя, мозг воробьиный и заячий, лёгкие лисицы, зубы вепря, волчьи кишки, слоновая кожа. В 1551 году «святые» отцы церкви приказали сжечь на костре 42—летнего Мигеля Сервета за его идеи, в том числе ту, что кровь циркулирует в лёгких. В XIII веке в Багдаде работало 800 врачей, в Париже – 6, в бассейне Рейна – ни одного.

Современная медицина

Современная медицина благодаря глубоким знаниям во всех биологических направлениях создала новое научное видение причин хронических заболеваний, которые для нас, обычных людей, не имеющих медицинского образования, не стали более понятными, чем представления древних эллинских и арабских врачей. Вот общий перечень причин большинства болезней человека, взятый из классического медицинского руководства по лечению под названием «Внутренние болезни» (причины перечислены в порядке частоты их упоминания) и справочник практикующего врача:

- инфекция вирусами, бактериями, грибами;
- неблагоприятные наследственные факторы (для широкого перечня заболеваний);
- другие заболевания (гипертония, атеросклероз);
- невроты, эмоциональное перенапряжение;
- гормональные нарушения;
- интоксикация и воздействие некоторых лекарств;
- неизвестные на сегодняшний день причины;
- неправильный образ жизни – переедание, нерегулярное питание, малая подвижность;
- аутоиммунные процессы.

Из приведённого перечня, кроме пункта 4 и 8, очевидно, что большинство пунктов, объявляемых причинами хронических заболеваний, являются следствием других заболеваний, а вовсе не их причинами. Особое значение имеет пункт 1. Инфицирование вирусами, бактериями, простейшими микроорганизмами и грибами является главным фактором. С инфекциями медицина ведёт непримиримую войну и проигрывает её. Новые лекарства провоцируют эволюцию микроорганизмов. К каждому новому лекарству бактерии со временем приобретают устойчивость.

Но не в этом состоит главное заблуждение врачей, а в том, что человек становится подверженным инфекции только благодаря пониженному иммунитету по причинам уже нарушенных физиологических механизмов. Представим себе обычную ситуацию. Рано утром мы отправляемся в лес за грибами, по пути промочили ноги и замёрзли, вернулись домой, не встретив никого (т.е. не встретив носителя инфекции). Далее у нас начинается озноб, температура, насморк, кашель, головная боль. Итак, мы простудились. Врач поставил диагноз ОРЗ, выписал антибиотики против бактерий и противовирусные препараты. Откуда мы взяли инфекцию? Да

ни откуда. Это наша внутренняя микрофлора. Она стала развиваться на подготовленной для неё почве, потому что исчез контроль со стороны иммунной системы вследствие кратковременного переохлаждения. Но другой человек может позволить себе круглогодичное купание в озере (ваш покорный слуга 2 года проверял это на себе и ни разу не подвергся простуде). Все люди одинаково подвергаются инфицированию, но находятся люди, не болеющие десятилетиями, несмотря на пребывание в инфекционной среде. Ваш покорный слуга и некоторые последователи в их числе. Становится понятно, что не инфекции являются причинами болезней, а пониженный общий или локальный иммунитет. Состояние иммунитета в свою очередь зависит от состояния основных физиологических систем организма. Нарушения нормальной физиологии – вот причина большинства болезней.

До недавнего времени действовал принцип – инфекции в равной степени воздействуют на всех людей. Сегодня инфекционисты от этого принципа начинают отказываться. Они начинают признавать, что человек может быть устойчив к патогенной микрофлоре благодаря высокой активности защитных сил организма.

Другой неправильной на наш взгляд особенностью современной медицины является углубление в биохимические проявления и механизмы болезней. Медики пытаются исправить биохимические изменения с помощью лекарств, игнорируя элементарные физиологические механизмы. Физиология человека утратила своё главенствующее значение в медицине. Вследствие этого, в справочнике лечащего врача по очень многим широко распространённым хроническим заболеваниям в описании причин мы находим формулировку – «Причины заболевания неизвестны» или же «Причины заболевания имеют многофакторный характер». Но при этом имеются необходимые медикаментозные методики для лечения заболеваний, причины которого неизвестны, и при этом с весьма обширным перечнем противопоказаний. Внутренние причины заболеваний остаются вне ведения официальной медицины и отсутствуют методы их устранения.

Глава 3. Натуральная гигиена

Натуральная гигиена – наиболее значимая область альтернативной медицины, в которую входят такие направления, как натуральная гигиена, традиционные оздоровительные системы, народная медицина, фитотерапия, мануальная терапия, пищевые биологически активные препараты, биоэнерготерапия, гомеопатия, рефлексотерапия и ряд других.

Самым эффективным направлением в борьбе с хроническими заболеваниями оказалась натуральная гигиена, активными пропагандистами которой были врачи: Н. Уокер, Г. Шелтон, К. Моерман, М. Ниши, Г. Шаталова и др., а также люди, своими силами преодолевшие неизлечимые заболевания: Поль Брегг, Семёнова, М. Гогулан и многие другие. Эффект этого направления, развиваемого, например, Г. Шелтоном, был столь велик, что позволил значительно улучшить здоровье заинтересованной части населения США в 70-х годах. Однако в середине 80-х годов фармацевтические корпорации, производящие многие тысячи тонн лекарств «от всего что угодно» совместно с врачебной элитой, имеющей хороший доход от продажи этих лекарств, почувствовали угрозу своим доходам и навалились на Шелтона всей мощью средств массовой информации. В результате Шелтон был вынужден закрыть свой журнал «Гигиеническое обозрение» и умер разочарованный, разорённый и дискредитированный.

Натуральная гигиена – концепция, исходящая из ведущей роли собственных защитных и восстановительных сил организма. Для действия этих сил необходимо освободить организм от интоксикации, вызванной многими патологическими состояниями:

- накоплением в организме собственных метаболитов, выведение которых может быть неполным из-за нарушенной работы почек и лимфатической системы;
- накоплением не полностью переваренных белков – олигопептидов, возникших из-за дисбаланса потребления и нарушенной секреторной способности желудка по расщеплению белков;
- повышенной проницаемости стенок кишечника, через которые в кровь проникают токсины и не полностью переваренные вещества;
- пониженной способности печени по дезактивации токсичных продуктов, всасываемых кишечником из-за перегрузки этими токсинами;
- наличие в кишечнике гнилостных процессов и процессов брожения вследствие неправильного питания, неправильного пищеварения и, соответственно, развития в кишечнике патогенных бактерий и грибов.

Применяемые врачами—гигиенистами методы очистки организма – голодание, сокотерапия, овощная диета, очищение органов и тканей приводят к самовосстановлению тканей органов и физиологических систем в целом.

Один из ведущих практиков натуральной гигиены Жорж С. Веджер, доктор медицины, который возглавлял Веджеровскую школу здоровья в Редландсе, Калифорния, и написал книгу «Происхождение болезни и её регулирование», в которой говорит: «Автор хочет присоединиться к возражающему меньшинству и верить в эффективность голодания. Факты не противоречат. Ничто так не радует, ни одна работа не вдохновляет больше, чем возможность быть свидетелем полного выздоровления за время сравнительно короткого голодания после таких болезней, как хроническая экзема, крапивница, дрящаяся кожа, варикозная язва, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, астма, гастриты, колиты, амёбная дизентерия, эндокардит, синусит, бронхит, нефрит (болезнь Брайта), острый и хронический аппендицит, тик, фистула, псориаз, все виды пищеварительных нарушений, камни желчного и мочевого пузыря, пеллагра, глаукома, опухоль груди, эпителиома, мигрень, ацидоз, геморрой, эпилепсия, паралич, болезнь Рейнауада и даже локомоторная атаксия. Много других расстройств можно добавить в список, который ни в коем случае не является полным и отражает опыт

одного лица. Эти заключения основаны на групповом опыте. Многие скажут: „Бессмыслица!“ Многие скажут, что не существует такой вещи как полное излечение! Всем сомневающимся мы должны сказать со всей серьезностью, что голодание вместе с диетой, соответственно подобранной и скомбинированной, даёт самое большое приближение к полному восстановлению, какое можно только представить – мудро простое и просто мудрое».

В официальной медицине под лечением часто понимают попытки восстановить здоровье после болезни без исправления или устранения причин нарушения состояния здоровья. В этом современном понимании лечение – это лечение лекарствами или хирургическое удаление больного органа. Это лечение устраняет лишь проявления болезни вместо устранения истинных причин болезни и применения восстановительной терапии больных органов.

Краткие сведения о Г. Шелтоне

Прогрессивный американский врач-гигиенист, крупнейший представитель движения за натуральную гигиену, обладатель нескольких званий почетного доктора наук, Г. Шелтон родился в США. Впервые познакомился с принципами Натуральной Гигиены в 17 лет, живя в г. Гринвилл (штат Техас). Получил первоначальное образование в Интернациональном колледже врачей, не признающих лекарств, основанном в 1920 г. Б. Макфэдденом. В 1922 г. окончил Американскую школу натуропатии, затем аспирантуру в колледже хиропрактики Пирлесс (Чикаго).

С 1925 по 1928 г. работал в редакции журнала «Physical culture» (Физическая культура), созданного Б. Макфэдденом, и одновременно вел рубрику «Здоровье» в нью-йоркской газете «Evening graphic». В 1928 г. стал одним из основателей и совладельцем журнала «How to live» («Как жить»), заложившего основу для его будущего журнала «Hygienic review» («Гигиеническое обозрение»), который стал выходить ежемесячно с сентября 1939 г. В том же году Шелтон создал «Школу здоровья» в г. Сан-Антонио (штат Техас). Говоря о целях своего журнала, он писал: «Мы основали „Обозрение“ не для того, чтобы делать деньги, а для того, чтобы распространять правду о здоровье и вести борьбу за свободу от медицины». Девизом журнала было избрано изречение «Да будет истина, даже если низвергнутся небеса», вынесенное на обложку. «Гигиеническое обозрение» никогда не окупало расходов и тем не менее выходило ежемесячно без перерыва, даже в дни войны, когда финансовая помощь была небольшой – бумага была лимитирована.

В послевоенные годы Г. Шелтон и его сподвижники подвергались травле со стороны как ортодоксальной медицины, так и консервативных кругов штата Техас, известного своими реакционными нравами. Это было вызвано миллионными потерями фармацевтических корпораций и снижением доходов врачей. В начале 80-х гг. Шелтон был вынужден прекратить издание журнала и закрыть «Школу здоровья».

Шелтон – автор многочисленных работ по натуральной гигиене, которые переведены на немецкий, французский, испанский, шведский, греческий, турецкий языки, а также на языки хинди и иврит.

Вот как характеризует Шелтона его ближайшая помощница и активистка движения Вирджиния Ветрано: «Потребовался великий ум, чтобы синтезировать истинную науку о жизни из работ гигиенистов-пионеров. Нужны были подтверждения, правильные оценки плюс освобождение от ложных представлений, доставшихся от предшественников. Должен был появиться конструктивный целитель, который отделил бы истинное от ложного в прежних теориях и практике гигиены и синтезировал бы то, что сегодня известно как „Система гигиены“, или „Натуральная гигиена“. Фигура Шелтона, благодаря сиянию его истины, настолько возвысилась, что для учеников, больных, соратников и последователей он стал почти героем. Первые гигиенисты были пионерами. Доктор Шелтон превратил их мысли в последовательную

науку, и скоро мир примет эти идеи. Над землей разгорается заря новой эры человеческого общества».

Итак, причины болезней с позиции натуральной гигиены.

«Итис» (по Г. Шелтону)

«Итис» – короткое греческое слово, ныне используемое в качестве суффикса и обозначающее «воспаление». Добавленное к названию какого-либо органа и части тела, оно указывает на воспаление этого органа или его части. Так, воспаление желудка – это гастрит, сустава – артрит и т. д. Поскольку склонностью медиков-нозологов (от «нозос» – болезнь, нозология – учение о болезнях и их классификации) является создание как можно большего числа наименований болезней, то семейство «-итис» возросло до огромных размеров.

Простому человеку, как и обычному врачу, трудно осознать тот простой факт, что воспаление захватывает объект независимо от места его расположения и что многие «-итис» не представляют такого же множества болезней. Ринит («рино» – нос) – это воспаление носовой полости, тоже катаральное состояние и тоже характеризуется секрецией и выделением большого количества слизи; ещё это называется катаром носа.

Колит – это просто катар толстого кишечника, метрит – воспаление матки, гастрит – воспаление желудка, ринит – катар носовой полости, синусит – катар синуса. Воспаление во всех этих органах возникает по одной причине. Различная локализация не требует также и различной причины воспаления.

Токсемия является причиной колита, равно как и ринита, гастрита, метрита, цистита, артрита и пр. Что такое токсемия? Это такое состояние крови и плоти, при котором организм переполнен метаболическими отходами – метаболитами. Это отравление организма (интоксикация), наступающее при воздействии самогенерируемых, самовоспроизводящихся ядов. Когда происходит перевозбуждение центров вегетативной нервной системы, секреция и экскреция задерживаются, и организм переполняется токсическими отходами своей жизнедеятельности. Токсемия является побочным результатом метаболизма – самогенерируемым и непрерывным. Нарушения в работе нервной системы, задерживающие выделение, могут возникнуть по любой иннервирующей причине или совокупности таких причин. Какая-то конкретная комбинация факторов, вызывающих иннервацию и задержку выделения в одном случае, может отличаться от иной комбинации иннервирующих факторов в другом. Не имеет значения, каковы эти факторы в каком-то частном случае, но именно задержанное выделение образует токсемию, и что токсемия, если дать ей развиться, вызывает обилие симптомов заболевания.

Выделение есть фундаментальная функция жизни, столь же фундаментальная, как процессы пищеварения и ассимиляции.

Избавление от токсемии, восстановление нормальной нервной энергии и строгое соблюдение образа жизни, соответствующего законам бытия, – таково «лечение» слизистого колита и предотвращение рака. Устранение причины есть единственно разумный подход. Организм сам себя излечивает, если устраняется причина самовоспроизводства болезни. Нужно понимать, что во всех случаях можно достичь состояния, при котором органическое изменение столь велико, что исключает возможность возврата к нормальному состоянию. Чтобы восстановить здоровье, должна быть удалена причина до появления этого состояния.

Причины токсемии

Токсемия – это присутствие в крови, лимфе, секретах и клетках такого вещества (из любого источника), которое, находясь в избыточном количестве, нарушает органические

функции. Токсемия означает наличие слишком большого процента токсинов в тканях и жидкостях организма. В организме постоянно имеется какое-то количество токсинов. Они становятся врагами жизни лишь тогда, когда создаются условия для их накопления сверх нормы.

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.