

В.А. Шемшук  
ОСНОВЫ ЦЕЛИТЕЛЬСТВА  
Русского жречества





Серия: «Русская волшебная культура»



В.А. Шемшук



# ОСНОВЫ ЦЕЛИТЕЛЬСТВА РУССКОГО ЖРЕЧЕСТВА

Издательство «Шемшук и К»

Москва

2016

ББК 87.7 Ш -

Автор Шемшук В.А.

"Основы целительства русского жречества".

Издательство "Шемшук и К". 496 стр., бумага газетная, кегль 12,5. Гарнитура Times New Roman CYR. Формат 60 x 90. Доля 1/16. Тираж 100.

В этой работе изложены основы целительства русского жречества. Книга рассчитана на читателей, познакомившихся с работами автора из серии "В поисках сокровенного" и прошедших Школу Жрецов. Теперь они могут познакомиться с книгами из серии "Русская волшебная культура".

Редактор	- Полищук Е.Н.
Компьютерный дизайн, вёрстка и графика	- Жуков А.В.
Художник	- Армишева Н.В.

© Издательство "Шемшук и К"

© Шемшук Владимир Алексеевич

## Содержание

§ 1. Три причины всех болезней.....	5
§ 2. Профилактика опускания органов с помощью многоразового питания.....	8
§ 3. Постановка органов на место.....	16
§ 4. Вставление позвонков на место и устранение подвывихов.....	17
§ 5. Вывихи и подвывихи и их устранение.....	19
§ 6. Лечение истинных заболеваний.....	36
§ 7. Зачем нужен массаж?.....	41
§ 8. Способы упреждения стресса и его снятие.....	46
§ 9. Мораль жреца.....	58
§ 10. Нравственность жреца.....	75
§ 11. Из истории русского жречества.....	80
§ 12. Поведение жреца.....	86
§ 13. Универсальное средство для избавления от слабоумия - пиявки.....	89
§ 14. Сколько времени человек должен двигаться в день, чтобы у него не проявились процессы деменции.....	91
§ 15. Современные и прошлые представления о болезни.....	99

§ 16. Целительство.....	102
§ 17. Девять энергий и девять тел человека.....	110
§ 18. Древние названия врачей, работавших с тонкими энергиями.....	116
§ 19. Источники тонких энергий.....	119
§ 20. Гигиена беременных женщин.....	121
Библиография.....	125
Список работ автора, вошедших в серию "В поисках сокровенного".....	126

## § 1. Три причины всех болезней

Современная терапевтическая медицина можно сказать травматическая, поскольку ориентирована исключительно на борьбу с симптомами болезней. Поэтому выздоровление человека происходит не столько благодаря применяемым лекарствам, сколько вопреки этим лекарствам, только за счёт внутренних резервов организма, которому приходится бороться и с болезнью, и одновременно с лекарствами его губящими. Иногда организм не выдерживает такого лечения, и человек делается хроником, калекой или просто умирает. Но для современной медицины, вернее для тех, кто стоит во главе её, это не главное. Главное, чтобы не менялась философия лечения, в основе которой лежит представление, что во всех болезнях человека виноваты микробы, которых нужно травить, морить, истреблять, убивать различными антибиотиками и лекарствами, что даёт огромные прибыли фармацевтическим кампаниям.

В действительности основная причина всех болезней, совсем не микробы, поскольку они лишь следствие употребления организмом неперевариваемой пищи, а как правило, чисто механическая. Здесь мы не рассматриваем такие причины болезней, как отравление (хотя про-

тивоядие для всех видов отравления, включая даже цианистый калий, русское жречество использовало ядра косточек вишни), не сбалансированное питание, агрессивная среда обитания, нарушенная экология, радиация и вредоносные излучения, тяжёлые условия существования, приводящие к истощению органов и болезням человека. Нас интересуют чисто механические причины заболеваний, которыми поражены практически все люди земного шара.

Механических причин можно выделить всего три:

1). Переедание, которое изменило физиологию человеческого организма, поскольку после революции людей с восьмиразового питания перевели на трёхразовое. До сих пор дети мало едят и много двигаются, но родители ломают им физиологию, насильно заставляя своих детей есть, и таким образом, переедать.

В результате переедания распёртый и перегруженный желудок давит на печень, которая находится сверху и одновременно на поджелудочную железу, находящуюся под желудком. Это затрудняет проходимость желчи и сока поджелудочной железы, что приводит в итоге к холециститу и панкреатиту (болезни печени и поджелудочной железы). Тяжёлый желудок давит на кишечник и затрудняет продвижение по нему пищи. Кишечник не успевает освободиться от поступившей порции пищи, как человек уже принимает следующую порцию. Это приводит к его растягиванию и самое страшное с годами длящегося переедания, толстый кишечник разрастается с диаметра 1,5 см, до диаметра 15 сантиметров. Поскольку у нас как в желудке, так и в кишечнике имеет место быть пристеночное пищеварение, поэтому при

переедании, как в растянутом желудке, так и в растянутом кишечнике, пища не способна перевариваться, а накапливается гниющей зловонной массой, отравляя как их самих, блокируя им функцию пищеварения, так и организм, и мозг человека. В кишечнике возникают залежи каловых камней и самое главное (что вызывает в дальнейшем неотвратимое старение организма), кишечник утрачивает свои синтетические функции, которые, как известно, могут синтезироваться абсолютно любое вещество - от аминокислот до гормонов и витаминов. В кишечнике могут даже синтезироваться необходимые элементы, не поступающие к нам с пищей, т.е. в нём происходят процессы холодного ядерного синтеза.

Тяжёлый кишечник в свою очередь давит на почки и мочеполовую систему, что блокирует их нормальную жизнедеятельность, и приводит сначала к болям, а затем выключению выделительной и половой функции, что проявляется в многочисленных болезнях этих органов.

2). Вторая причина, вызываемая обычно ушибами, ударами, падениями, неправильными родами, неловкими движениями, приводящими к подвывихам в суставах (или даже к вывихам), сопровождающихся спазмом мышц и пережатием сосудов и нервов, проходящим через мышцы или рядом с ними. Если спазм напряжённой мышцы пережал сосуд, в результате этого, орган или мышца, не получают необходимого питания и дыхания. Долго длящийся спазм, а он может длиться месяцами, а иногда и всю жизнь, орган начинает истощаться и деградировать, что неизбежно отразится на его состоянии, которое мы воспримем как болезнь. К этой же причине следует отнести пережатие напряжённой мышцей нерва,



идущего через мышцу, в результате этого орган или мышца, к которой он идёт, не дополучат необходимой иннервации, что, как показывает практика, приводит к усыханию мышцы или органа.

3). Третья причина стрессы, что приводит к спазмам в мышцах и пережатию сосудов и нервов через них проходящих. Длительно протекающий мышечный спазм приводит к подвывихам в суставах конечностей и позвонков, что способствует закреплению мышечного спазма и развитию болезни. Фактически последствия после стрессов те же что и при второй причине (ушибах, ударах...), только сама причина социальная, а не бытовая.

## **§ 2. Профилактика опускания органов с помощью многоразового питания**

У человека в желудке наблюдается пристеночное пищеварение, т.е. желудочный сок выделяется на ту только пищу, которая касается стенки желудка. Поскольку в России после Октябрьской революции, произошёл переход с восьми-десяти разового питания на трёхразовое питание, человека научили есть про запас. И поэтому мы все имеем расширенные желудки, в которых пища, не касающаяся стенок желудка, не переваривается и не переваренной поступает в двенадцатиперстную кишку, но не в результате превращения её в химус, а под действием вновь принятой пищи. В двенадцатиперстную кишку поступает и переваренная пристеночная пища, но она составляет лишь 1/8 - 1/10 часть

от общего количества потреблённой пищи. А наличие не переваренной пищи способствует развитию гнилостных процессов, как в самом желудке, так и в кишечнике. И это не зависит от того, сыроед человек или вегетарианец, мясоед он или веган.

Грудной ребёнок первые три недели ест молоко матери от 12 до 24 раз в сутки, а иногда и больше, если, конечно, мать не ограничивает пищевые потребности своего малыша. Далее потребление пищи ребёнком снижается до 10 раз в сутки и вот тут начинают действовать навязанные нам неизвестно откуда появившиеся парадигмы: что ребёнок должен есть не более пяти раз в день. И как бы он не орал, большинство матерей выдерживают этот график, разрушая естественные циклы у своего чада и приучая его желудок к еде про запас, т.е. к переданию, которое так сильно распространено в дикой природе, потому что там нет возможности иметь постоянный источник пищи.

В царской России существовало восьмиразовое и даже десятиразовое питание русского населения. Сохранились названия этих приёмов пищи: еда, трапеза, завтрак, второй завтрак (устаревшее фриштык или современное ленч), обед, полдник, мероеда, цисистийя (др. гр. сисистия), паужинок, ужин. Количество раз приёмов пищи соответствует распределению видов растительной пищи между тонкими телами: орехи (жи), овощи (хи), фрукты (фи), грибы или папоротники (ми), семена (ли), ягоды (пи), пряные травы (чи), злаки (си), цитрусовые (ци), зелень (дзы). Конечно, сегодня названия приёмов пищи, поменяли свой смысл и стали синонимами слова пища (например, еда или мероеда). При десятиразовом пита-

нии, человек принимает пищу каждые 1,5 часа (считая, что у него на сон уходит 9 часов). При девятиразовом питании, приём пищи осуществляется каждые 1 час сорок минут. При восьмиразовом приёме пищи, каждые 1 час 52,5 минуты. При этом порция приёма за один раз не превышает 10-17 глотков.

Многоразовое питание, позволяет сократить приём пищи в три - пять - восемь - десять раз, за счёт увеличения к.п.д. переваривания поступившей в желудок пищи. Но пищи должно быть немного, так, чтобы желудок не стал по размерам толще тонкого кишечника, тогда в нём сохранится пристеночное пищеварение, которое полностью переварит поступившую в желудок пищу. И не только пищу, но и всех поступивших с пищей бактерий, микробов, вирусов, яиц глистов, цист болезнетворных организмов, спор грибов плесени и слизевиков, поскольку в этом случае желудок способен переваривать гвозди, имея рН менее 1. При понижении кислотности до 3 - 4 рН, он уже даже поступившую пищу не может переработать, не говоря уже о микроорганизмах, имеющих защитную оболочку. Поэтому малые дозы приёма пищи - это гарантия абсолютной защищённости организма от паразитов, которыми сегодня заражено всё население планеты. Когда пищи в желудок поступило много, т.е. больше того объёма, который может полностью переварить желудок, кислотность падает до 3 - 4 рН и все попавшие паразитические организмы в желудок беспрепятственно попадают в кишечник, а оттуда в кровь, которая разносит их по всем уголкам нашего незащищённого организма, где они успешно осваиваются и начинают пожирать не только отходы организма, но и самого хозяина.

Поскольку всасывание кислой субстанции (химуса, т.е. переваренной желудочным соком пищи), начинается у нас прямо в желудке и заканчивается в двенадцатиперстной кишке, то в кровь, в этом случае, поступает питательные белковые вещества вместе с неиспользованным желудочным соком, который на 90% состоит из HCl. А кислота, как известно, способна растворять и разлагать белки на аминокислоты. А этого в организме больше никто и ничто сделать не может: ни вода, ни жиры, ни даже ферменты, которые только лишь ускоряют действие кислоты желудочного сока. И только соляная кислота, входящая в желудочный сок, разбивает и растворяет все белковые шлаки в межклеточном пространстве, да и в самих клетках. Поэтому кислота, попадая вместе с кровью в межклеточное пространство и в клетки, легко растворяет белковые отложения, делая их доступными для поглощения белыми кровяными тельцами, и обеспечивает им возможность поступления в кровь с дальнейшим выделением через почки, и кишечник. Белковые отложения, являются основной причиной зашлаковывания межклеточного пространства и самих клеток организма, что собственно и вызывает старение человека и его одряхление. При переедании свободного желудочного сока в желудке не остаётся, и поэтому предотвратить накопление белковых остатков (продуктов жизнедеятельности клеток), которые в межклеточном пространстве образуют завалы белкового мусора - организм не может. Белковый мусор (продукты метаболизма) образует огромные белковые глобулы, которые белые кровяные тельца не могут поглотить, так как они меньше по размеру, чем белковые глобулы. Их никто и ничто не может

утилизировать и вывести из организма: ни вода, ни омега три, ни бактерии, ни даже гигантские ооциты, которых очень мало в крови. Из-за переедания желудочный сок, не может попасть в кровь, и растворить белковые залежи в межклеточном пространстве. Поэтому при сегодняшней физиологии питания, человеческий организм обречён на старение, болезни и смерть.

При правильном восьмиразовом питании уже в самом желудке начинается процесс всасывание его содержимого в кровь, что способствует попаданию желудочного сока в ткани организма, вместе с переработанным желудком химусом. И этот попавший в кровь желудочный сок разлагает белковые глобулы в межклеточном пространстве, что способствует резкому омолаживанию организма, поскольку очищаются его ткани и органы. Поэтому для поддержания организма в молодом состоянии достаточно снизить порции приёма пищи в 8 - 10 раз и перейти на восьми - десяти разовое питание в день. Это не только будет поддерживать организм в молодом состоянии, но и будет способствовать его дальнейшему быстрому омоложению, что даст гарантию человеку вечного существования в молодом состоянии.

Первое время для стимуляции отделения желудочного сока, можно заканчивать приём пищи употреблением горечи, например, выпить 30-50 грамм раствора полыни и пижмы. Но после того, как секреция желудочного сока наладилась, приём горечи следует прекратить.

Сегодня человек питается в основном щелочной пищей: фрукты, овощи, рыба, мясо, яйца птицы - все они имеют щелочную реакцию. Но согласно принципу Ле

Шателье: если в равновесную систему (каковой является наш организм) вводить щелочь, то он ответит кислой реакцией, а если вводить кислоту, то он ответит щелочной реакцией. Поэтому у нас органы и кровь закислены, поскольку при щелочном питании, они всегда будут закислены. Чтобы кровь стала щелочной, в пище должны присутствовать естественные кислоты - это лимон, квашенная капуста, клюква, лайм, грейпфрут. А если кто-то думает, что кровь должна быть только щелочной, то он очень ошибается. Между приёмами пищи кровь меняет свою кислотность: с кислой (через час после приёма пищи) на щелочную и это происходит каждые 4 часа - время между приёмами пищи. При переходе на 8 разовое питание, практически в течение каждых двух часов, кровь будет менять свою кислотность: что можно зафиксировать по лёгкости дыхания одной ноздрей. Если легко дышать правой, значит кровь кислая, а если легко дышать левой, значит кровь щелочная.

Отсутствие в питании естественных кислот, делает невозможным нормальное пищеварение и полное переваривание поступившей пищи. В этом случае человек обречён на старение и умирание. Желудок в сутки вырабатывает до 7 литров желудочного сока, т.е. практически такое же количество, сколько находится крови в организме. Ну а где организму брать эту кислоту, если она не поступает нам с пищей? Поэтому у людей низкая кислотность и чтобы сделать её нормальной, необходимо вводить в своё питание кислотосодержащие продукты.

Другая причина зашлаковывания организма, являются транс-жиры, которые широко используются при промышленном получении пищи, и олифы, которые образу-

ются при нагревании растительных жиров и жарке продуктов на растительных жирах (кроме кокосового масла). Олифы и транс-жиры не перевариваются организмом, и не выводятся из него, а лишь откладываются в организме, между органами, тканями (в межклеточном пространстве) и внутри сосудов, образуя, так называемые холестериновые бляшки, ведущие к тромбам и закупоркам сосудов. Их могут растворить и вывести из организма лишь полиненасыщенные жиры, такие, как омега три, которой много в льняном, рыжиковом, кедровом масле, а также в масле бразильского ореха, масле тыквенных семечек и в амарантовом масле. Поступая в кровь эти полиненасыщенные жиры растворяют отложившийся транс-жиры и выводят их из организма. Аналогичным действием обладает и желчь печени, которая поступая в кровь, очищает ткани и межклеточное пространство от жировых отложений.

Для стимуляции печени, которая вырабатывает желчь, омывающей жиры пищи, т.е. растворяющих их, можно применять между приёмами пищи настой, состоящий из спорыша и бессмертника, которые, стимулируя работу печени, обеспечивают ей выработку нормальной желчи, способной растворить любую неуязвимую оболочку глистов, находящихся в желудочно-кишечном тракте. Когда у печени начнётся вырабатываться здоровая желчь, параллельно у неё восстанавливается функция выработки гепарина, который разносится кровью по всему организму и осуществляет репарацию ДНК, т.е. восстанавливает повреждённую ДНК клеток, что возвращает им молодость, как, впрочем, и вечную молодость всему организму.

Организм, очистившись от шлаков, находившихся в клетках и в межклеточном пространстве, а также от избытка жира, отложившегося в пространстве между органами, резко увеличивает свою частоту, что делает невозможным существование всех существующих паразитов в теле человека. Паразиты существуют в нём только потому, что человек сам перешёл на мёртвую (варёную пищу), которой питаются микробы и черви, т.е. он уподобился в питании паразитам и поэтому притянул в свой организм паразитов. Только сыроедение, способно перевести организм на другой уровень частоты организма, и только очищение организма от токсинов, паразитов и шлаков, способно вывести организм на божественный и на даже более высокие уровни.

Сократившиеся до нормальных размеров желудок и кишечник не позволят паразитам спрятаться в неперевариваемой пище, поскольку при правильном питании её немного, и она вся переваривается. Переварятся и паразиты соками желудка, поджелудочной железы и соками кишечника. А поступившие в кровь HCl (желудочного сока) и желчь, будут находить паразитов по всему организму, и переваривать их, нанося им несовместимые с жизнью повреждения.

Обязательно между приёмами пищи, человек должен испытывать чувство голода, именно в этот момент у человека происходит очищение от шлаков и выведение их из организма. Если человек половину времени между приёмами пищи голодает, он будет всегда здоров и молод. Но для этого нужно уметь культивировать чувство голода, наслаждаться им и тогда это даст великолепные плоды в сохранении молодости и обретения бессмертия.



### § 3. Постановка органов на место

Самое первое, чем мы можем помочь заболевшему человеку, это поднять желудок и поставить его на место. Обычно из-за переедания, связки, крепящие желудок растягиваются, и желудок проваливается в живот, хотя он должен находиться в грудной клетке. Проникая пальцами в живот вдоль диафрагмы (конца грудной клетки), мы добиваемся её расслабления. Это нужно для того, чтобы желудку было легче встать на своё место. При сильном надавливании на мышцу, мышца рефлекторно напрягается, при слабом длительном надавливании на мышцу, мышца рефлекторно расслабляется. Поэтому по 20-30 секунд давим на диафрагму, которая есть тоже мышца, пока не ощутим, что она расслабилась. Далее расслабляем фасции крепления желудка и брыжейку кишечника, также слабым нажатием. Далее у лежащего пациента, чтобы не задеть поджелудочную железу и селезёнку, мы толкаем опустившийся желудок обеими руками кверху. Вслед за ним уже самостоятельно поднимется кишечник.

Чтобы желудок не съезжал обратно в живот, его можно закрепить бандажом. Поднятие кишечника сопровождается поносами и выбросом каловых камней. Затем освобождается от зажатости желчный пузырь, из которого начинают выходить билирубины. В это же время чистится и поджелудочная железа, из которой выходит крупная чёрная или серая дробь. В конце процесса на место встают почки, и из них через мочеточники на-

чинаю выделяться белые или серые хлопья. Для закрепления результата ставится компресс из питательной мази, в которую входят яичный белок с лимонным соком, горчица с алоэ, мёд с экстрактом из пчелиной моли и прополисом, змеиный яд с солодкой, пихтовое и малиновые эфирные масла.

## **§ 4. Вставление позвонков на место и устранение подвывихов**

Опускание желудка и других органов сопровождается подвывихом позвонков, к которым крепятся фасции мышц органов. Поэтому их надо вставить обратно на место. Подвывихи вызывают спазмированные мышцы, поэтому их нужно расслабить. Для этого мы применяем тритию - лёгкое касание тела в месте возникшего спазма. Обычно уходит боль и снимается напряжение.

Можно вставить позвонки с помощью остеопатии, основоположником которой является Эндрю Стилл. Для этого смещённый позвонок, ушедший со своего места, слегка нажимают пальцем на мышцу расположенной со стороны, куда выпирает позвонок. И через 10-20 секунд поворачивают туловище пациента в сторону выпертого позвонка.

Позвонки также можно вставить на место нажатием с двух сторон на мышцы, держащие позвонок (метод мануальной терапии). Если позвонок ушёл внутрь, его вытаскивают с помощью большой банки, в которой поджигают факел, а потом прижимают горло банки к ушедшему со своего места позвонку. Втягиваемая кожа вме-

сте с позвонками возвращает ушедшие из сустава позвонки на своё место. Потом этой банкой можно пройти по всему позвоночнику. Но это не следует делать пожилым людям, поскольку травмируемая сосудистая система кожи, которая будет долго восстанавливаться, а у молодых людей, она может и не травмироваться, поэтому для них эта процедура не опасна.

Для закрепления вставленных позвонков, необходимо вставить на место коленные чашечки и крестец. Нужно сзади взять человека пальцами за тазовые кости, а большими пальцами и опереться в крестец, и попросить человека нагнуться по 90 градусам, а затем выпрямиться.

Некоторые целители, чтобы окончательно закрепить позвоночник, вставляют колени. Для этого они убирают свободное перемещение чашечки в коленном суставе. Взяв крепко чашечку рукой и переместив её от центра и немного вверх, до состояния, когда она перестанет двигаться в колене. Правда другие целители, считают, что чашечка должна двигаться в коленном суставе. Вопрос остаётся открытым и это на усмотрение самого практикующего целителя.

Есть ещё один способ вставление позвонков на место. Для этого нужно на трое суток сделать компресс на позвоночник, предварительно намазав его питательной разогревающей и стимулирующей обмен веществ мазью, состав которой указан выше. Намазав мазью весь позвоночник, прикладываем на всю спину марлю и покрываем её салафановой плёнкой. В течение трёх суток не желательно что-то поднимать тяжёлое и делать резких движений. В течение суток, если пот вызывает зуд, можно переставить компресс, сняв старую салафановую

плёнку и марлю протереть спину влажным полотенцем и снова намазать и поставить компресс. В течение суток так можно сделать три - четыре раза.

## **§ 5. Вывихи и подвывихи и их устранение**

Подвывихи могут сопровождаться мучительной болью и приводить к ограничению подвижности соответствующей части тела. Но чаще подвывихи сопровождаются несильными болевыми ощущениями и характеризуются невозможностью выполнить некоторые движения. Люди часто склонны считать данное состояние нормальным, относя ограничение подвижности неким умозрительным причинам, таким как затекание конечности, неудачным её поворотом, или считают, что их продуло сквозняком.

На сегодняшний день подвывихом (subluxation) называется такое состояние сустава, при котором поверхности сочленения отходят друг от друга, сохраняя точки соприкосновения. Подвывих характеризуется нарушением нормального функционирования всего сустава. Обычно диагностирование подвывиха осуществляется при помощи объективных методов - рентгена, или компьютерной томографии, но можно увидеть его и чисто визуально. Полный вывих сустава характеризуется смещением сочлененных поверхностей с отсутствием точек соприкосновения между ними, что сопровождается сильными болями и серьезным нарушением функционирования органа.

Причина вывихов обычно падения, неудачные движения, удары, резкие рывки, длительное напряжения, висение на турнике, аварии, нехватка кальция и других минеральных солей в пище.

Как правило, люди подвержены развитию вывихов и подвывихов в следующих суставах:

- в межпозвоночных,
- в межфаланговых суставах пальцев,
- в плечевом,
- в локтевом,
- в тазобедренном,
- в коленном,
- в челюстном суставе.

Симптомы заболеваний позвоночника и всех перечисленных суставов следующие:

Боли:

Головная боль

Дискогенная боль

Боли в колене

Боли в плече

Боли в позвоночнике

Боли в пояснице

Боли в спине

Боли в шее

Боли между лопатками

Быстрая утомляемость

Межреберная невралгия

Миофасциальная боль

Нарушения чувствительности

Онемение

Онемение пальцев ног

Онемение пальцев рук

Прострел в позвоночнике или пояснице

Синдром хронической усталости

Состояния, приводящие к заболеваниям позвоночника:

Недостаток кальция в костях скелета

Травмы

Вывих и подвывих сустава

Перелом позвоночника и позвонков

Хронические боли в области груди

Хруст в суставах.

Подвывихи и вывихи встречаются в любой возрастной категории, даже у новорожденных, однако частота их различна. Так, у детей подвывихи случаются достаточно редко, чем у взрослых. Частота развития подвывихов и вывихов зависит от состояние связок, сухожилий и сумки сустава.

Основной причиной формирования подвывихов, наличие врожденной патологии, возникающей из-за нарушения внутриутробного развития, при которой происходит формирование плоской суставной впадины и чрезмерно округлой головки сустава. Врожденный подвывих и вывих в основном развиваются в тазобедренном суставе. Приобретенные подвывихи и вывихи формируются при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы таких заболеваний как полиомиелит, остеомиелит, артрит, остеохондроз и т.д.

## Порядок и принципы лечения подвывихов

Лечение любого вывиха и подвывиха складывается из трех этапов:

1. Оказание первой помощи.
2. Вправление подвывиха или вывиха.
3. Поддерживающие мероприятия, направленные на реабилитацию после подвывиха или вывиха.

Оказание первой помощи необходимо проводить сразу после возникновения подвывиха или вывиха, чтобы максимально смягчить последствия травмы и обеспечить оптимальное вправление подвывиха. В первую очередь следует полностью обездвижить поврежденный сустав при помощи шины или любых средств, которые имеются в распоряжении: одежда, платок, покрывало и прямой предмет вытянутой формы (палка, доска, рукоятка инструмента и т. д.). После обездвиживания сустава необходимо приложить холодную примочку на поврежденное место. В качестве холодной примочки можно использовать лед из холодильника в полиэтиленовом пакете, ледяную воду в резиновой грелке, или просто ткань, смоченную холодной водой. Пострадавшего необходимо доставить в специализированное медицинское учреждение для оказания ему помощи с последующей реабилитацией.

Неправильная техника вправления подвывиха может привести к полному вывиху или разрыву связок. Производить вправление следует при условии, если нет переломов, трещин костей или разрывов связок. Вправление подвывиха следует провести в максимально сжатые сроки, поскольку отечность и болезненность околосустав-

ной области будет нарастать, усложняя манипуляцию. В некоторых случаях подвывих или вывих приведет к ущемлению окружающих тканей и нарушению нормальной структуры и функционирования целого участка тела. В данном случае вправление подвывиха или вывиха представляет собой трудную задачу, особенно при необходимости хирургического вмешательства. После вправления подвывиха и вывиха необходимо провести мероприятия, направленные на полное восстановление структуры и функций поврежденного сустава.

Поддерживающие мероприятия для реабилитации подвывиха могут быть различной длительности, которая зависит от сложности повреждения. В реабилитационный комплекс входят следующие методики:

- массаж;
- физиотерапевтические процедуры;
- медикаменты: регенерирующие ткани, витамины, и если необходимо, то обезболивающие средства;
- лечебная физкультура.

Больному с вправленным подвывихом необходимо избегать интенсивных физических нагрузок, возвращение к ним должно быть постепенным, с использованием лечебной физкультуры, что позволит предотвратить рецидив подвывиха.

Таковы общие положения при лечении подвывихов различной локализации и сложности.

Подвывихи позвонков  
шейного,  
грудного,



пояснично-крестцового отдела  
и копчика.

Причины подвывиха позвонков кроются в воздействии чрезмерной силы, превышающей компенсаторные способности органа. Непосредственными причинами подвывиха позвонков чаще всего являются:

- сильный удар;
- падение;
- поворот или наклон;
- неправильное поднятие тяжести;
- спастическое сокращение мышц околопозвоночной области.

Травматическое повреждение позвонков (подвывих) связано с физической деятельностью, осуществляемой в повседневной жизни, или при занятиях спортом. Подвывихи позвонков, которые провоцируются чрезмерным мышечным напряжением, создающим высокое и длительное давление на некоторый участок, могут развиваться при различных патологиях, вызывающих мышечные спазмы.

Подвывихи позвонков часто могут оставаться незамеченными, поскольку не приводят к формированию значительных деформаций. Чаще всего к значимым повреждениям и нарушениям нормального функционирования позвоночника приводят подвывихи позвонков, расположенных в месте перехода одного отдела в другой - затылочно-шейный, шейно-грудной, грудно-поясничный, пояснично-крестцовый. В данных областях подвы-

вих позвонка приводит к развитию нарушений кровообращения и ущемлению нервов, что проявляется болезненностью, дегенеративными процессами и спастическим сокращением мышц, усиливающим фиксацию кости в неправильном положении.

Симптомы подвывиха разделяются на специфические и неспецифические.

Неспецифические и специфические симптомы подвывиха позвонков различных отделов

К неспецифическим симптомам подвывиха позвонков относят болевой синдром и мышечный спазм, сопровождающий данное состояние. Боли могут беспокоить человека в течение 5-20 дней. Боль возникает сразу после подвывиха, очень резко, вплоть до обильного потоотделения, развития частого сердцебиения и остановки дыхания. В некоторых случаях такое болевое ощущение немного уменьшается и становится тянущим, сопровождая патологию и усиливаясь при напряжении, поворотах и т.д. Иногда острая боль проходит самостоятельно, а формирование тянущего и подострого ощущения происходит только спустя сутки, как правило, после ночного отдыха.

Подвывихи шейных позвонков характеризуются болью в шее, которая отдает в руку и приводит к сдавливанию сосудов, кровоснабжающих головной мозг. Нарушение поступления крови к голове провоцирует головные боли, головокружение, полуобморочное помутнение сознания, звон в ушах и ухудшение зрения (расфокусирование взгляда, нечёткость изображения).

Неспецифические симптомы подвывиха позвонков шейно-грудного отдела развиваются вследствие зажима сосудов и нервов плечевого сплетения, что приводит к нарушению нормального функционирования верхней конечности. Возможно развитие онемения, жжения кончиков пальцев и резкое чувство слабости. Подвывих позвонка приводит к одностороннему мышечному спазму, который является причиной кривошеи, когда голова человека склоняется на сторону повреждения. Момент подвывиха позвонка грудного отдела сопровождается резким и выраженным болевым ощущением, локализованным в межлопаточной области, которое способно отдавать в грудину или живот.

Подвывих позвонков поясничного отдела провоцирует развитие люмбаго или радикулита, протекающих крайне длительно. Подвывих поясничных позвонков часто ущемляет крупные бедренные позвонки, седалищный нерв и сосуды, питающие нижнюю конечность. Нарушение нервной проводимости и кровоснабжения приводит к развитию чувства тяжести, онемения, и к ощущениям "кручения" ног. Также болевое ощущение может локализоваться в области паха или нижней части живота.

#### Виды подвывихов шейных позвонков

В связи с относительно высокой частотой встречаемости и большим клиническим значением, уместно уделить внимание подвывихам шейных позвонков. В зависимости от преимущественной стороны смещения, подвывихи разделяют на передние, задние, боковые и

вертикальные. Чаще всего встречаются следующие подвывихи шейных позвонков:

- симптом Крювелье;
- подвывих Ковача;
- ротационный подвывих.

### Симптом Крювелье

Симптом Крювелье был описан французским врачом, по имени которого и названо повреждение, представляющее собой подвывих сустава, соединяющего первый и второй шейные позвонки. Формирование данного подвывиха происходит вследствие слабости шейных связок и мышц, и неправильного развития зуба второго шейного позвонка. Люди предъявляют жалобы на боли в шее и невозможность нормально двигать головой. Неправильное положение позвонка при подвывихе может привести к сдавливанию спинного мозга. Симптом Крювелье может быть одним из признаков иного заболевания (например, синдрома Дауна, болезни Моркио, ревматоидного полиартрита), а не самостоятельной патологией.

### Подвывих Ковача

Подвывих Ковача (спондилолистез) был описан венгерским врачом, в честь которого и получил свое наименование. Подвывихом Ковача называется состояние соскальзывания отростков позвонков назад при сгибании головы, и возвращение их в правильное положение при её выпрямлении. Спондилолистез развивается при наличии врожденного дефекта - незаращения дужки, или

приобретенных изменений, приводящих к нарушениям нормальной анатомии позвонков. Подвывих Ковача возникает при сильной мышечной нагрузке, и часто наблюдается у работников физического труда.

Симптомы подвывиха Ковача включают в себя боль в ногах и пояснице, мышечный спазм, парез стоп, гипотрофия мышц и уменьшение ахиллова рефлекса. В целом подвывих Ковача схож с межпозвоночной грыжей, а установить точный диагноз поможет рентген.

#### Ротационный подвывих

Ротационный подвывих шейных позвонков представляет собой поворот влево или вправо. Развивается вследствие сильного напряжения мышц, когда кость фиксируется в крайнем положении. На рентгеновском снимке ясно визуализируется наклон шейного позвонка в сторону. Причины развития данного типа подвывиха кроются в повреждениях связок и капсулы сустава, защемлении капсулы или сильном мышечном напряжении, развивающемся рефлекторно. В большинстве случаев ротационные подвывихи устраняются самопроизвольно.

Симптомы ротационного подвывиха:

- резкая боль в шее,
- развивающаяся при движении головой;
- похрустывание в суставе;
- ограничение нормальной амплитуды физиологических движений головы;
- кривошея;
- спазм шейных мышц;

головная боль по типу шлема или полушлема,  
головокружение;  
снижение остроты зрения (звездочки, пятна в глазах).

Выраженность симптоматики зависит от степени смещения позвонка относительно нормального положения, и ущемления сосудов и нервов, проходящих к головному мозгу. У новорожденных может развиваться врожденный вывих шейных позвонков в результате родовой травмы. Он может являться причиной задержки развития ребенка. Взрослый человек получает данную травму при падении, ударе, физических упражнениях и т.д.

Последствия подвывиха шейного позвонка весьма значительны, и приводят к формированию следующих патологических изменений:

- нарушение кровоснабжения и его регуляции в некоторых отделах головного мозга (мозжечок, зрительная кора, вестибулярный аппарат, ствол);
- повышение внутричерепного давления;
- нарушение нормального обмена спинномозговой жидкости.

Среди вышеперечисленных патологических изменений, как правило, одно играет ведущую роль, приводя к особенностям симптоматики. Например, ущемление артерий мозга приведет к головокружениям, артериальному давлению и головным болям в послеобеденное время. Нарушения циркуляции спинномозговой жидкости спровоцирует тошноту, рвоту, снижение давления и головные боли по утрам.

Выявить подвывих шейного позвонка можно при помощи ощупывания или рентгенологического исследования.

#### Лечение ротационного подвывиха

Часто ротационный подвывих вправляется самопроизвольно. В случае невозможности самовправления применяется метод вытяжения, которое осуществляют руками или специальным приспособлением - петлей Глиссона. В случае необходимости проводят местное обезболивание. После возврата позвонка в нормальное положение необходимо зафиксировать шею воротником Шанца на 2-4 недели.

#### Подвывихи верхней челюсти

Достаточно часто встречаются, и значительно ухудшают качество жизни, подвывихи нижней челюсти. Данный подвывих обычно поражает женщин среднего и пожилого возраста.

Классификация подвывихов челюсти основана на смещении головки кости, и включает в себя следующие варианты:

- передний;
- задний;
- односторонний;
- двусторонний.

В зависимости от причины формирования, подвывихи бывают травматическими и привычными. Травматические подвывихи вызываются сильным воздействием - ударом, давлением, падением и т.д. Привычные под-

вывихи связаны с ослабленной фиксацией сустава в нормальном положении, и бывают следствием различных заболеваний - например, эпилепсии, подагры, ревматизма, неправильного вправления вывиха. Изнашивание сустава с формированием подвывихов также происходит при постоянном жевании на одной стороне зубного ряда.

Основной симптом подвывихов нижней челюсти - это щелканье при движении (открывание или закрывание рта), которое могут не слышать окружающие, а только сам пациент или врач при обследовании через наружную слуховую трубу. Щелчок раздается в различные фазы раскрытия рта - в самом начале, при широком открытии или при закрытии.

Подвывих нижней челюсти также приводит к смещению ее на здоровую сторону, и развитию зигзагообразных движений из стороны в сторону. Подвывих нижней челюсти сопровождается болевым синдромом, при этом его характер - тупой, ноющий, с тенденцией к усилению при жевании и открывании рта. Часто развивается острая боль, распространяющаяся в область висков, уха и затылка.

Чтобы диагностировать подвывих нижнечелюстного сустава, необходимо провести тщательный осмотр. Следует отметить наличие щелканья, периодических блокирований сустава, перекоса челюсти на здоровую сторону, припухлости и покраснения. Затем необходимо тщательно прощупать сустав в открытом положении рта, в закрытом, и в процессе движения челюсти. Прощупы-



вание позволяет установить наличие хруста, боли и неравномерного движения суставов. Детализация шелканья производится методом введения мизинцев в наружное ухо и совершения нескольких движений челюстью.

Объективная диагностика подвывиха челюсти осуществляется при помощи рентгенологического исследования и компьютерной томографии.

Применяют массаж, гимнастику и физиотерапевтические методики - гальванизацию, электрофорез, направленные на укрепление мышечно-связочного комплекса нижнечелюстного сустава.

#### Подвывих плечевого сустава

Верхняя конечность ввиду ее активности также подвержена формированию подвывихов. Подвывихи плеча подразделяются на передние, задние и нижние. Причины подвывихов плеча разделяются на две категории:

1. Травматические
2. Дистрофические.

Травматические подвывихи возникают при приложении силы, превышающей возможность сустава. Амплитудные движения на грани физиологической нормы (взмахи, вращения руки) и падения на руку часто служат причиной подвывихов в плечевом суставе.

Дистрофические причины подвывихов плечевого сустава являются следствиями патологий: полиартритов, артрозов, остеопороза, остехондроза, подагры, повышенной растяжимостью соединительной ткани. Данные

заболевания приводят к нарушению нормальной анатомии сустава, ослабляя фиксацию головки кости в капсуле. Часто предшествовавший вывих плеча приводит к растяжению мышечно-связочного аппарата, который не обеспечивает надежной фиксации сустава, приводя к хроническим подвывихам. Растяжение мышечно-связочного аппарата происходит у спортсменов, которые активно работают руками (пловцы, баскетболисты), что также становится причиной хронических подвывихов. Симптоматика подвывиха плечевого сустава весьма субъективна, и ощущается человеком как выскакивание головки кости, или впечатление того, что анатомическое образование находится не на месте. Часто подвывих сопровождается сильной болью и нарушением нормальной подвижности верхней конечности. Диагностика подвывиха плечевого сустава основана на выявлении симптомов и объективных исследованиях. Подвывихи визуализируются при помощи рентгена, ультразвукового исследования и компьютерной томографии. Если вы почувствовали резкую боль в суставе во время совершения движений, немедленно прекратите физическую активность. После этого закрепите руку в неподвижном положении, примотав к грудной клетке. На поврежденное место регулярно накладывайте холод. При возникновении повреждения покажитесь специалисту в максимально сжатые сроки. Не вправляйте подвывих самостоятельно. После травмы необходимо ограничивать движения в суставе в течение 1-1,5 месяцев. Лечение подвывихов направлено на обезболивание, а также ограничение движений и выработку правильных двигательных стереотипов. Лечебная физкультура направлена на укреп-

ление мышечного каркаса, который будет надежно фиксировать сустав, препятствуя развитию подвывихов. Также необходимо регулярно прибегать к сеансам массажа.

#### Подвывих надколенника

Коленный сустав испытывает огромные нагрузки и имеет большой объем движений, что обуславливает подверженность к развитию подвывихов. Наиболее часто подвывих формируется не в самом коленном суставе, а связан с надколенником или коленной чашечкой в общепринятом наименовании.

Причины подвывиха надколенника весьма разнообразны, однако всю их совокупность можно разделить на три группы:

- а. растяжение или разрыв связок, удерживающих надколенник;
- б. слабость бедренных мышц;
- с. неправильная анатомическая форма нижних конечностей.

Данные причины влекут за собой неустойчивое положение надколенника, который в результате легко подвергается подвывиху при незначительных физических нагрузках, травмах, падениях, резком сгибании ног и т.д. Часто подвывих развивается в результате травмы данного органа или оперативного вмешательства, повлекшего за собой развитие нестабильного и неустойчивого положения надколенника. Симптомы подвывиха надколенника могут иметь различную степень выраженности и силу. Например, постоянное ощущение нестабильности надколенника часто сопровождается его подвывих. Ве-

душую роль играет болевой синдром, который ощущается при совершении движений - например, сгибании или разгибании ног в коленях. Движения в коленном суставе могут сопровождаться болезненным хрустом и щелчками в области надколенника, которые вызваны нарушением нормального скольжения анатомической структуры относительно соответствующей борозды бедренной кости. Полное разгибание нижней конечности в коленном суставе сопровождается чувством провала. Длительное течение подвывиха надколенника приводит к формированию артроза и синовита (скоплению жидкости в суставе, из-за нехватки масла в организме), которые выражены отечностью области выше колена. Диагностика подвывиха надколенника основана на осмотре и проведении функциональных тестов - сгибаний, разгибаний ног с прощупыванием необходимого участка. Болевой синдром также учитывается для уточнения вида и типа повреждения. Оценить изменения в суставе помогают рентген, компьютерная томография и магнитно-резонансное исследование. Лечение подвывиха надколенника осуществляется при помощи консервативных методов. Большое значение играют специальные упражнения, направленные на укрепление мышц и связок, а также постановка правильной техники сгибательно-разгибательных движений в коленном суставе. Исправление анатомических особенностей строения ног осуществляется ношением специальных ортопедических приспособлений - повязок, бандажей и т.д. Физиотерапевтические процедуры способствуют восстановлению нормального питания и функционирования органов и тканей коленного сустава, тем самым ускоряя его лечение.

Итак, подвывихи могут развиваться в различных суставах, и приводят к снижению качества жизни. Небольшая травма способна привести к серьезным негативным последствиям, которые приносят страдание, и способствуют нарушениям в психо-эмоциональной сфере. Длительное нарушение нормального функционирования органа влечет психотизацию и невротизацию человека, погружая его в состояние перманентного стресса, который негативно сказывается на общем самочувствии и нормальном течении жизни. Поэтому любая, самая небольшая и незначительная травма, должна рассматриваться серьезно, и служить поводом для своевременного обращения к жрецу.

## **§ 6. Лечение истинных заболеваний**

Существует несколько истинных болезней, с которыми необходимо бороться - это инфекционные заболевания, которые не являются результатом переедания, травмы и внедрение инородных тел в тело и мозг человека различными инопланетными и параллельными структурами. Остальные болезни - это болезни цивилизации и лучшее средство против них - сыроедение.

При инфекциях наиболее эффективная форма физических упражнений - интенсивное дыхание животом (диафрагмой). Что стимулирует лимфатическое сердце. Поскольку оно не может само сокращаться, сокращение происходит принудительно под давлением диафрагмы. По лимфатической системе движутся различные

виды белых кровяных телец, ответственных за иммунитет, которые уничтожают клеточных паразитов. Постоянное дыхание верхним отделом лёгких блокирует иммунную систему человека.

При инфекционных заболеваниях полезно выполнять упражнение для поднятия иммунитета:

- в течение 12 секунд 12 раз вдохнуть и выдохнуть нижним отделом живота. Затем задержать дыхание и 12 раз подряд втянуть и выпятить живот. Делайте его во время очистительного комплекса.

Иммунитет также стимулируется задержкой дыхания, что приводит к увеличению в крови углекислого газа и расширению сосудов. Дальнейшее напряжение мышц и плюс учащённое дыхание, ведёт к интенсификации обмена веществ в тканях.

Можно применять также прикосновения, приводящие к выравниванию потенциалов, если пульс показывает, что есть такие нарушения. К больному органу, имеющему две проекции - одну холодную, другую горячую, прикладывалась грелка и лёд: на горячую сторону лёд, на холодную - грелка. Другой, не менее эффективный способ при хворях - ищется на теле все больные точки, которые массируются до исчезновения в них боли. Как правило, после растирания болезненных точек симптомы проходят.

Не менее эффективно просто тереть руки над больным органом, если от органа идёт холод, трущиеся ладони закручивают пространство против часовой стрелки, а если жар - то, по часовой.

Есть варварские способы лечения, например, делать глубокие ожоги или вшивать под кожу стимуляторы, к

например, элеутерококк, корень жизни (что делалось при параличах) или зоб курицы, что использовалось при реанимации человека, но мы философию этих способов не разделяем.

Несколько слов о применении мочи. Целебный эффект мочи при употреблении внутрь будет наблюдаться только тогда, когда она имеет щелочную реакцию, при кислой реакции эффекта не будет, но он может проявиться при прикладывании её на поражённые участки кожи. Общий эффект связан с тем, что она несёт частоту вашего организма и поэтому прикладывая её к болезненному месту, мы помогаем органу восстанавливать свою частоту. Все инфекции имеют свой запах. Поэтому диагностика сводится к определению всех запахов пациента, после чего картина происхождения инфекции становится понятной.

Из травматических заболеваний следует выделить падучую (называемую в медицине эпилепсией), которая практически не лечится. Она связана со смещением мозга после удара по голове и зажимов сонных артерий, что приводит к нарушению кровоснабжения мозга и периодическим припадкам, являющимся следствием нехватки питания. На рентгеновских снимках при падучей чётко видно смещение мозга. Хотя сегодня выявлены и другие причины эпилепсии: например глисты, прививки, неправильное питание. Нас будет интересовать лишь причина механического смещения мозга. В русской народной традиции падучую (эпилепсию) лечили так: по середине лба проводили углём тонкую линию, точно разделяющую лоб пополам. Брали толстую нитку равную чуть больше длины окружности головы, и делали на ней в

центре узелок, совмещали его с линией на лбу и делали отметки на нитке на тыльной стороне головы на мышцелке над основанием черепа. После чего эти две отмеченные точки совмещали и смотрели, насколько одна половина нити длиннее другой. Затем обхватывали полотенцем голову и, держа его крепко рукой, били второй рукой по кулаку держащим полотенце, в сторону большей длины нити. После чего снова делали замер, чтобы убедиться, что мозг встал на место. Но мозг может быть смещён не только в горизонтальной плоскости, но и во фронтальной. Для этого из бумаги вырезали треугольник, совмещали вершину угла с линией на лбу и замеряли им расстояние до ушей. Если уши находятся на разных высотах от середины лба, снова голову обхватывали полотенцем, только теперь в вертикальной плоскости и били по кулаку, держащему полотенце в сторону более поднятого уха. Если и это не останавливало припадки, значит, удар по голове поднял заднюю часть мозга и опустил переднюю. В этом случае необходимо нанести один - два лёгких удара вверх по нижней челюсти с тем, чтобы мозг встал на место. Результатом правильного положения мозга, будет прекращение припадков, хотя, если болезнь длится давно, сначала наблюдается обострение и мозг возвращается в своё неправильное положение, к которому он привык. Периодически возвращая его на место, добейтесь, чтобы он больше не смещался, тогда припадки прекратятся навсегда.

К истинному заболеванию следует отнести также насильственную смерть, которую можно преодолеть старыми способами реанимации. Для этого умершего человека помещали в баню, чтобы убрать трупное око-



чение. Потом его клали ничком и раскачивали на оде-  
эле, с резким торможением головы для пробивания про-  
бок в сосудах мозга. До сих пор говорят "откачать по-  
койника". При этом делали искусственное дыхание и не-  
прямой массаж сердца, что сохранилось в практики реа-  
нимации до сих пор.

Средство от нарыва дёсен и флюсов. В липовый мёд помещают докрасна разогретый ржавый гвоздь. Вокруг  
гвоздя образуется черное вещество, которым на ночь  
мажут десну. Нарыв прорывается и флюс спадает.

Извлечение занозы. Густо смазать дёгтем место  
вокруг занозы, через 15-20 минут конец занозы появит-  
ся настолько, что его можно ухватить щипчиками и вы-  
тащить всю занозу.

Средство от бородавок. Каждый день на бородав-  
ку капать пипеткой одну каплю уксусной кислоты. Через  
три-четыре дня бородавка сойдёт.

Знахарское средство от солитёра. Утром натощак  
съесть две столовых ложки очищенных тыквенных се-  
мечек. Через час следует принять 70 г касторки. Чтобы  
солитёр не сбросил членики и не остался в кишечнике,  
нужно сесть на горшок со свежим молоком. Тогда он  
выйдет весь.

Средство от солнечного загара.

Нужно взять желток куриного яйца и смазать лицо и  
тело и дать ему подсохнуть, а затем смыть. Результат  
всегда великолепный.

От растяжения жил. Смешать лук с мёдом и прило-  
жить к больному месту.

Оживление кожи. В старые времена подсчитали, что  
через кожу выделяться должно в три с половиной раза

больше отбросов, чем через прямую кишку. Для этого нужно потеть в русской бане, хотя бы раз в неделю, а лучше два, находясь в паровом отделении по 20-30 минут. При этом знахари с вечера делают сильный солевой раствор и пропитывают им мохнатое полотенце, которым растирают тело докрасна. Только тогда вы можете считать, что ваша кожа очистилась и снова стала живой.

## § 7. Зачем нужен массаж?

Из всех видов существующих массажей: меридианный, гармонизирующий, классический, медицинский, общеукрепляющий, массаж живота, шеи, лица, стоп и т.д. можно выделить два вида массажа: болевой и расслабляющий. Болевой проводится в основном для запуска энергии в меридианах, а расслабляющий массаж - для снятия стрессов. Акупунктурные точки, мышцы и органы, начинают болеть, когда возникает спазм мышц. В результате чего сосуды перекрываются и кровь не поступает в должном количестве к тканям, возникает кислородное голодание, которое ощущается в виде боли. Как только удаётся расслабить мышцы и органы, налаживается кровообращение, восстанавливается их питание и дыхание, и боль сразу проходит. Для восстановления кровообращения, нужно обязательно учитывать, что лимфа в организме движется всегда вверх, поэтому массажные движения тоже должны идти вверх по телу человека. От кончиков пальцев рук и ног и далее выше к шее и голове. Благодаря правильным прикосновениям к коже, не происходит перекрытия движения лимфы, и человек после массажа чувствует себя хорошо. У него не

возникает застоя лимфы и он достигает расслабления мышц. Наиболее эффективное расслабление мышц удаётся достичь, когда пальцы массажиста касаются лишь пушка на теле, что вызывает у человека истому. Успех расслабляющего массажа зависит не от того, сколь сильно вы будете давить на тело пациента или на его болезненные органы, а от того насколько вам удастся расслабить у него мышцы.

В расслабленном состоянии органы и мышцы получают достаточное количество питательных веществ и способны выделять из себя скопившиеся шлаки. Поэтому задача всякого массажиста - снять спазм, максимально расслабить мышцы и органы (если ведётся массаж внутренних органов). Известный в прошлом веке врач-массажист и создатель виброкушетки германский исследователь А.Райх был очень популярным. К нему стремилась попасть вся Европа благодаря тому, что ему удавалось полностью расслаблять мышцы и органы своих пациентов. Расслабление было настолько сильным, что расслаблялись даже сфинктеры анального отверстия и мочеиспускательного канала, которые всегда находятся в напряжении. От его массажа происходило непредвиденное выделение мочи и кала.

Согласно теории Райха, любое отрицательное психическое воздействие, создаёт произвольное мышечное напряжение, которое вызывает передавливание сосудов и невозможность питать ткани. Он составил даже карту мышечных зажимов, возникающих при стандартных, как сегодня говорят стрессовых ситуациях: понервничал на работе, жди выпадения позвоночного диска, поругался с родственниками - не ровен час заболит по-

ясница, переживаешь за детей - возникают проблемы с половой системой. Известно, что напряжённая мышца питается хуже, чем расслабленная, поэтому человек не может долго держать мышцу напряжённой. Из-за этого мышечный зажим в гладких мышцах, которыми окружены все органы и весь опорно-двигательный каркас, неизбежно вызывает боль. И тут не помогут никакие хирургические операции, как это практикуется при грыжах позвоночника (спазмированная мышца вытаскивает межпозвоночный диск) ни даже сыроедение, потому что нужно расслабить спазмированную мышцу, а не резать её.

Расслабляющий массаж - это пятый вид чистки от стрессовых зажимов мышц, которые можно также снимать с помощью психологической разгрузки, что более эффективно, поскольку механическое снятие зажима, всё равно возвращает спазм и с первого раза часто достичь расслабления не удаётся. Поэтому психологическая разгрузка более эффективна. В этом отношении интересны исследования Рона Хаббарда, установившего, что слова имеют заряды, которые определялись с помощью обычного омметра, показания которого изменяются при произнесении того или иного слова. Постоянное повторение заряженного слова или связывание его с положительно заряженным словом снимает отрицательный заряд и устраняет зажим в мышцах.

У некоторых людей руки обладают анестезирующим действием, под их руками всё перестаёт болеть и всё расслабляется. Если вы не обладаете такой способностью, вы можете наладить психологический контакт со своим пациентом, комментируя свои действия и ин-

тересуясь, где у него болит и что он чувствует. Делая круговые движения вокруг болезненной точки, можно полностью снять с неё боль.

Очень близок к этому русский массаж. Впервые мне стало о нём известно от В.Н. Пьянкова, с которым я познакомился, будучи студентом мединститута. Хотя между нами была разница почти в 30 лет, он легко вошёл в нашу кампанию - искателей знаний и старых книг, и ездил с нами почти во все экспедиции. В одной из книг я рассказывал о В.Н. Пьянкове, он обладал феноменальными способностями и легко повторял телепатические опыты Вольфа Мессинга. Он просвечивал человека как рентгеном, говоря об отклонениях и изменениях у него внутри. Он также мог демонстрировать возможности своей памяти, с чем выступал в то время Михаил Куни.

Надо отметить, что все люди, рождённые до ленинского плана электрификации всей страны ГОЭЛРО, легко могли делать в уме операции деления и умножения с 3-х и 4-х-значными числами. Но после того, как в каждую квартиру и дом потёк переменный ток, создающий в наших жилищах стоячие волны, эти способности были разрушены.

В.Н. Пьянков применял свои способности в практических целях. Иногда его просили найти вора, что он делал весьма неохотно, считая, что воры созданы богом специально для тех, кто не отдаёт десятину и они спасают этих людей, поскольку постоянное не отдача, ведёт в итоге к смерти нарушителя этой теодееи (божественной традиции). На его редкие бесплатные выступления в мединституте всегда набивался полный зал студентов и преподавателей. Во время Отечественной

войны, будучи командиром танкового взвода, он на своём танке проезжал первым через минное поле, чувствуя эти мины на расстоянии, и объезжая их, а за ним след в след ехали танки его товарищей.

Русский массаж - это я так называю, В.Н. Пьянков называл это "править выю". "Выя" - это якобы старорусское название "шеи". Но само слово, говорит за себя: "ведать все свои я", т.е. всех своих тонких двойников.

Если погладить с минуту тело человека, то какие-то части покраснеют, какие-то станут розовыми, или так и останутся белыми. Работать надо с красными и бледными частями. Трут сначала спину, затем руки и ноги, а потом грудь и живот, выявляя болезненные точки на покрасневших частях. Это точки выхода энергии, ей надо помочь выйти. Для этого делают движения по часовой стрелке вокруг болезненной точки, причём соприкасаться с телом нужно едва-едва, чтобы человек чувствовал щекотку от прикосновения. В частях, где тело не покраснело и остаётся белым, проявляется нехватка энергии. Нужно водить пальцем вокруг болезненной точки против часовой стрелки, запуская в этот участок тела поток энергии.

Можно использовать лучину. В горячих (красных) точках лучина прикладывается холодным концом, а в белых болезненных точках - горячим концом, но не прижигает, а лишь прогревает болезненную точку.

Уже потом из других источников я узнал, что в организме человека всё подчинено казу (двум верхним фалангам указательного пальца), которое должно совпадать с расстоянием между зрачками. У многих оно не совпадает или совпадает с двумя фалангами большого паль-

ца, что в принципе тоже допустимо. В идеале, у нас всё тело подчинено казу: ладонь - 4 каза, локоть - 5 казов, плечо - 6 казов, аршин (ширина плеч) - 10 казов, касая сажень (длина позвоночника) - 12 казов, сажень (половина роста человека) - 14 казов. Делалось всё, чтобы эта синхронизация не сбивалась, поскольку благодаря казу, люди могли казать, т.е. показывать телепатические образы.

Когда делали массаж, проводили пальцем (в бледных местах) или костяшкой согнутого пальца (в красных) вокруг больной точки по кругу - равному казу, за время один тук сердца пациента, или за время хода крови в сосудах мышц, равное казу.

Настройка человека на свой каз или перенастраивание его на каз партнёра, с кем было телепатическое общение (казание) породило традицию соприкасаться указательными пальцами, для взаимонастройки. Когда люди утратили телепатические способности, на смену касания указательными пальцами пришло рукопожатие. Касание указательными пальцами было как между мужчинами, так и между мужчинами и женщинами. Это не было приветствием - русские люди приветствовали друг друга поклоном. Касание пальцев происходило всегда, когда начиналось казание.

## **§ 8. Способы упреждения стресса и его снятие**

Стресс - обычное и часто встречающееся явление. Незначительные стрессы неизбежны и безвредны. Однако существуют ситуации и характеристики работы, ко-

торые отрицательно воздействуют на людей. Чрезмерный стресс может оказаться в высшей степени разрушительным для человека. Психические и психосоматические заболевания, обусловленные воздействием стрессовой ситуации.

Автор теории стресса канадский психолог Г. Селье определяет его как совокупность стереотипных, филогенетически запрограммированных неспецифических реакций организма, первично подготавливающих к физической активности, т.е. к сопротивлению, борьбе или бегству. Это, в свою очередь, обеспечивает условия наибольшего благоприствования в борьбе с опасностью. Слабые воздействия не приводят к стрессу, он возникает только тогда, когда влияние стрессора превосходит приспособительные возможности человека. При стрессовых воздействиях в кровь начинают выделяться определенные гормоны. Под их воздействием изменяется режим работы многих органов и систем организма (например, учащается ритм сердца, повышается свертываемость крови, изменяются защитные свойства организма). Организм подготовлен к борьбе, готов справиться с опасностью, тем или иным путем приспособиться к ней - в этом и состоит основное биологическое значение стресса. Разработав теорию стресса, Г. Селье выделил в нем три фазы.

Первая фаза - реакция тревоги. Это фаза мобилизации защитных сил организма. У большинства людей к концу первой фазы отмечается повышение работоспособности. Физиологически она проявляется, как правило, в следующем: кровь сгущается, содержание ионов хлора в ней падает, происходит повышенное выделение



азота, фосфатов, калия, отмечается увеличение печени или селезенки и др.

Вслед за первой наступает

вторая фаза - сбалансированного расходования адаптационных резервов организма, т.е. стабилизация. Все параметры, выведенные из равновесия в первой фазе, закрепляются на новом уровне. При этом обеспечивается мало отличающееся от нормы реагирование, все как будто налаживается. Однако если стресс продолжается долго, то ввиду ограниченности резервов организма неизбежно наступает

третья стадия - истощение.

Стресс является составной частью жизни каждого человека, и без него нельзя обойтись так же, как без еды и питья. Стресс, по мнению Селье, создает "вкус к жизни". Весьма важно и его стимулирующее, созидательное, формирующее влияние в сложных процессах работы и обучения. Однако стрессовые воздействия не должны превышать приспособительные возможности человека, в противном случае может возникнуть ухудшение самочувствия и даже заболевания - соматические или невротические.

Все люди реагируют на одни и те же нагрузки по-разному. У одних реакция активная, при стрессе успешность их деятельности продолжает расти до некоторого предела ("стресс льва"), а у других - пассивная, эффективность их деятельности падает сразу ("стресс кролика"). От характера реакции зависят возникающие вследствие стресса заболевания. Обобщение клинических материалов позволило врачам сделать вывод, что широкий круг воздействий, приводящих к стрессу, вызыва-

ет у людей преимущественно гипертоническую и язвенную болезни и некоторые другие формы сосудистой патологии с глобальными или локальными проявлениями (инфаркт, инсульт, стенокардия, сердечная аритмия, нефросклероз, спастический колит и др.) Доказано, что у человека, постоянно подавляющего вспышки гнева, развиваются различные психосоматические симптомы. Подавленный гнев способствует развитию ревматического артрита, крапивницы, псориаза, язвы желудка, мигрени, гипертонии, хотя и не является единственной причиной этих заболеваний. Академик К.М. Быков писал: "Печаль, которая не проявляется в слезах, заставляет плакать другие органы".

Почему стресс вызывает соматические заболевания? Физиологические изменения при сильных эмоциях нередко связаны с избыточным энергетическим обеспечением - на непредвиденные обстоятельства. Однако не столько физиологические перестройки при мобилизации резервов могут оказаться чрезмерными и истощающими, сколько психологические установки и личностная позиция человека. Врачи давно обратили внимание на связь преобладания конкретных эмоций с предрасположенностью к определенным заболеваниям. Сердце чаще поражается страхом, печень - гневом и яростью, желудок - апатией и подавленным состоянием.

Психологи и психиатры установили зависимость между соматическими заболеваниями человека и его личностными особенностями, а также психологическим климатом, в котором он живет и работает. Если человек стремится занять в коллективе место, не соответствующее его реальным возможностям, т.е. обладает повы-

шенным уровнем притязаний, он в большей мере подвержен развитию сердечно-сосудистой патологии. Хронические коронарные заболевания гораздо чаще встречаются у лиц с выраженной целеустремленностью, честолюбием и нетерпимостью к своему ближайшему окружению. Вместе с тем к гипертонии могут приводить ситуации, которые не дают человеку возможности успешно бороться за признание собственной личности окружающими, исключая чувство удовлетворения в процессе самоутверждения. У человека, которого подавляют, игнорируют, развивается чувство постоянного недовольства собой, не находящее выхода и заставляющее его ежедневно "проглатывать обиду". Эти данные позволяют, например, понять, почему в США количество гипертоников среди чернокожих в три раза больше, чем среди белого населения.

Для больных с сердечно-сосудистыми заболеваниями типична завышенная самооценка, приводящая к таким особенностям личности, как индивидуализм, неудовлетворенность своим положением в жизни (профессией, должностью), конфликтность, пристрастие к выяснению отношений. Как правило, это сдержанные, скрытные, обидчивые, тянущиеся к другим, но трудно с ними сходящиеся люди. Попав в неблагоприятную ситуацию или заболев, они нередко порывают свои социальные связи, замыкаются на анализе своих субъективных ощущений, уменьшая не только количество контактов, но и делая их более поверхностными, поскольку для них характерны повышенная чувствительность к словесным раздражителям, особенно к порицаниям, уход от острых конфликтных ситуаций и от таких эмо-

циональных факторов, как дефицит времени, элементы соревнования.

Управление стрессами является важнейшим компонентом в деловом общении и регулировании конфликтных ситуаций.

К основным мероприятиям по снятию напряжения, ведущего к стрессам, относятся:

1. Достаточная информированность. Чем большим объемом информации по волнующему вопросу владеет человек, тем меньше вероятность эмоционального срыва. Человек может заранее прогнозировать несколько вариантов развития событий, в том числе и негативные.

2. Отказ от немедленного достижения цели. Такое поведение целесообразно для снятия напряжения. Временный отказ от усилий позволяют реально оценить ситуацию, посмотреть на нее с разных сторон и сберечь силы для новой попытки при более благоприятных условиях.

3. Общая переоценка ситуации. Переоценка ситуации направлена на понижение субъективной значимости проблемы или события. Человеку необходимо осознать для себя незначительность потери и легче перенести неудачу.

4. Возможность выговориться. Разговор о волнующей проблеме с человеком, которому доверяешь, снижает возбуждение.

5. Формирование нового доминантного направления деятельности. Тяжелая утрата, непоправимая ошибка, потеря работы, или любая другая психологическая травма переносится легче, если человек отвлекается от нее и у него появляется новая цель. Чем меньше мы

переживаем по тому или иному поводу и быстрее переключаемся на новую цель, тем меньше и последствия стресса.

6. Физическая нагрузка. Неблагоприятное воздействие моральных перегрузок усиливается при недостаточной физической активности. Поэтому для того, чтобы быстрее нормализовать состояние после неприятностей, человеку необходимо дать усиленную физическую нагрузку.

Стрессы, как и болезни, бывает легче предотвратить, чем потом заниматься лечением их последствий. Профилактика стрессов должна начинаться с выяснения причин, их порождающих. Лидируют среди них, конечно же, конфликты, порожденные различными производственными ситуациями. При этом оказывается затронутой "вертикаль" деловых отношений: руководитель - подчиненный. Даже если конфликтуют между собой рядовые сотрудники, руководитель не может стоять в стороне.

Профилактика хронического стресса включает в себя достаточно широкий набор методов. Наиболее часто используемые средства, которые возможно использовать на практике:

«Аутогенная тренировка». Сущность метода заключается в умении самостоятельно стимулировать мышечное расслабление, самовнушение и самодисциплину. Аутогенная тренировка очень сходна с гипнозом, но в отличие от него - пациент активно участвует в процессе лечения, а не занимает пассивную роль. Известно, что во время стрессового воздействия, симпатический отдел вегетативной нервной системы находится в состоянии возбуждения, стимулируя, тем самым, пролонгацию действия защитных систем. Аутогенная тренировка спо-

способствует активизации антипода симпатика - парасимпатического отдела, который подавляет общее возбужденное состояние. И.Г. Шульд исходил из того, что чувство глубокого расслабления, которое испытывают находящиеся в состоянии гипноза люди, может быть достигнуто и посредством самовнушения. На начальной стадии занятий аутогенной тренировкой человек успокаивает себя с помощью самоинструктажа. Он может добиться заметных эффектов в различных частях тела, давая себе простейшие команды, например, вызвать чувство тяжести, тепла в руке, ноге и т.д. Таким образом, можно достичь весьма ощутимых изменений в организме, например расширения кровеносных сосудов. Эффект усиливается, если все это сопровождается специальными дыхательными упражнениями. На последующих стадиях занятий аутогенной тренировкой человек может вызывать в сознании те или иные картины, позволяющие расслабиться в стрессовых ситуациях.

«Изометрические упражнения». Этот метод был описан Якобсоном еще в 1938 г. В течение длительного времени им никто не пользовался, но с конца 50-х годов он вновь получил широкое распространение. Этот метод основан на чередовании напряжения и расслабления отдельных групп мышц в равномерном ритме. Например, сидя на стуле, возьмитесь обеими руками за сиденье и с силой потяните вверх. Сосчитав до шести, отпустите руки и расслабьтесь. Потяните руками сиденье вверх, чтобы четко обозначались соответствующие группы мышц, потом опять отпустите руки и расслабьтесь. Таким способом можно добиться расслабления всех групп мышц за счет их напряжения: с силой сжимать и разжимать ку-

лаки, скрещивать руки за головой и давить на шею, стараясь при этом противодействовать давлению шеей, периодически надавливать подошвами ног на пол и т.п. Эти нехитрые упражнения, не привлекая внимания окружающих, можно проделывать даже тогда, когда вы сидите на конференции. Выберите себе такие упражнения, которые можно выполнять руками в положении "сидя" и незаметно для окружающих. Главное, как и при других упражнениях по снятию напряжения, быть пассивным, но внимательно наблюдать за протекающими в организме процессами. Первоначальное напряжение мышц с последующим мгновенным расслаблением поможет выявить причины возникновения зажимов. Состояние расслабленности должно быть приятным, его легко будет достигать с помощью регулярных тренировок.

«Повышение социальной активности». Характерной особенностью хронического стресса является замыкание на своих проблемах, что в итоге может привести к развитию различных психопатологических состояний. Необходимо избегать этого, как можно более на ранних этапах, путем повышения уровня общения с другими людьми;

«Когнитивно-поведенческая терапия». Еще одна методика, которая не позволит обойтись без участия психолога или психотерапевта. Основой метода служит понимание о том, что причиной развития стрессовых ситуаций, служат личные самоубеждения и установки. На самом деле, уровень сложности любой ситуации пропорционально равен субъективному отношению к ней. Научно и статистически доказано, что люди, относящиеся к своим проблемам проще, не вдаваясь в долгие раз-

мышления о причинах их появления и не переживая долгие душевные страдания, живут гораздо дольше тех, кто скрупулезно обдумывает каждый свой шаг и причинность окружающих обстоятельств;

«Разрешение конфликтов». Зачастую причиной любого стрессового состояния является конфликт, возникший между личностями или обстоятельствами. Лучшим решением для разрешения стрессовой ситуации, на этом поле, будет шаг навстречу, который позволит свести к нулю причину возникшего конфликта. Не самый легкий метод, особенно, когда дело касается субъективного чувства справедливости;

«Открытие занимательных увлечений». Занятие любимым позволяет отключиться от навязчивых мыслей, стимулирующих воздействие стрессовых факторов, а также - получить положительные эмоции от проделанного труда;

«Медитация». Не нужно считать, что медитация, это - прерогатива буддийских монахов или принадлежность к какой-либо религиозной общине. Медитировать, значит - размышлять, сконцентрироваться на решении проблемы или вовсе отключить от нее разум, наведя его на положительные мыслительные эмоции.

Человека, решившего поближе ознакомиться с основами медитации, порою сбивают с толку масса литературы по данному вопросу, различные центры, семинары, гуру и т.д. В голову нам приходят мысли об оторванных от действительности людях. Несмотря на внешнее многообразие приемов и методов, тут можно выявить общее рациональное ядро. Все эти приемы призваны на определенное время ограничить сознание и вни-



мание человека каким-либо единственным источником раздражения. Это может быть мантра или музыка, или собственное дыхание. Все другие мысли и раздражения как бы выключаются. Такая концентрированная медитация позволяет добиться заметного расслабления. Поза лотоса, обеспечивающая благодаря прямой осанке соответствующее состояние духа, все внимание позволяет концентрировать на дыхании. Счет вдохов и выдохов способствует наступлению покоя; дыхание при этом становится более глубоким.

При трансцендентальной медитации важно, чтобы в окружающей обстановке было как можно меньше раздражителей. Человек снова и снова повторяет определенное звучное слово - мантру. Подготовка к самопогружению производится с помощью наставника, который оказывает помощь в выборе подходящей мантры. Цель здесь заключается в том, чтобы направить восприятие снаружи внутрь и пресечь "постороннюю" мыслительную деятельность.

Многие критики медитации говорят, что для овладения этими приемами совсем не обязателен таинственный ритуал погружения, выполняемый наставником. Тот, кто может, например, сконцентрировать внимание на дыхании, следить за ним, не отвлекаясь на посторонние мысли, также достигает желанного покоя и расслабления. Тот, кто в расслабленной позе (лежа на спине или сидя) совершает мысленно внутреннюю прогулку по своему телу, добивается таким образом расслабления.

Каждый может найти свой путь к желанному расслаблению, найти такой метод, который подходит именно ему и дает нужный эффект.

Систематические занятия дают телесный и душевный покой, помогают преодолевать стресс и суету, лучше концентрировать внимание. Наряду с классическими приемами снятия напряжения не следует забывать и различные способствующие расслаблению виды деятельности (вечерние велосипедные прогулки, прогулки с собакой, танцы, бег, игра с детьми и т.п.) Каждый может найти такой вид деятельности, который будет способствовать снятию напряжения.

Однако все усилия останутся тщетными, если не попытаться устранить причины повышенной утомляемости и возникновения тех или иных зажимов;

«Чтение книг» - один из самых распространенных методов в профилактике хронического стресса. Вовлечение в мир книжного повествования, позволяет не только с пользой провести время, но и стимулировать работу мышления и переключить его на позитивные восприятия;

«Рисование» может послужить хорошим способом в профилактике стрессового воздействия на организм, когда расслабляющее действие оказывает не только процесс, но и рассматривание результата своих трудов;

«Активный моцион и физические упражнения». Данный метод снимает накопленные в крови излишки стероидных гормонов и питательных веществ, позволяет лучше расслабиться после физической нагрузки, а также - повышает уровень социального контакта;

«Управление временем» особенно полезно против стрессовых факторов, возникших на рабочем месте. Занятие одним и тем же делом в течение всего дня, уже являет собой стрессовую ситуацию, поэтому необходи-

мо нормировать свои дела, чередуя умственный труд с физическим.

Полностью психосоматические реакции и симптомы изучаются в учебниках: "Психолофизиология", "Язык телодвижений" и "Валеология".

## § 9. Мораль жреца

По определению, этика - это наука о целях и ценностях человека, из которых вырастают формы взаимоотношения с самим собой. Нравственность - это принципы по отношению к себе, а мораль это принципы по отношению к другим людям, Природе и обществу.

Во все времена и у всех народов находились люди, которые пытались понять, почему жизнь в обществе такая неустроенная и в чём причина несчастий человека? Что только не выдвигалось в качестве первопричины бед и несчастий в обществе: торговля, деньги, механизация производства, "плохие цари", "дурные законы" и т.д. Кажется, что стоит только удалить этот источник, который мешает людям жить и самореализоваться, и общество достигнет благоденствия. Идеолог анархизма князь П.А. Кропоткин, например, считал, что для того, чтобы общество процветало, необходимо устранить государственную машину, предоставив людям на местах самим решать свои проблемы. Один из основателей социалистического движения Вильгельм Вейтлинг полагал, что во всём виновата частная собственность: достаточно её отменить, и общество придёт к благополучию. Другой социалист - Габриэль Мабли называл первопричиной всех

общественных зол - деньги и предлагал перейти на натуральный обмен.

Но мы видим, что сегодняшнее самоустранение государства от решения острых проблем (к чему призывал П.А. Кропоткин) привело не к желаемой самоорганизации общества, а к усилению самоорганизации преступных элементов. Мы помним, сколько было горя и слёз во времена французской, а затем и русской революций, когда отменили частную собственность и начали отбирать у людей нажитое ими имущество. За это ратовали социалисты, но это ни на сантиметр не приблизило людей к всеобщему счастью. Мы знаем, что все другие эксперименты над обществом по устранению так называемой первопричины всех социальных противоречий ни к чему не приводили. Движение в Англии по уничтожению машин потерпело фиаско. Военный коммунизм в России, одной из целей которого была ликвидация денег (о чём мечтал Мабли) и торговли, привел к полному краху этой идеи. В том-то и дело, что источник бед не в самих деньгах и машинах, торговле и собственности, ибо отмена их в обществе не устраняет у людей стремления к ним. Источник бед - человеческие отношения по поводу всех этих вещей, т.е. мораль - вернее, отсутствие истинной морали.

Реформисты и революционеры всех времён и народов направляли свои усилия на претворение в жизнь законов, которые, по их представлениям, должны были привести общество к гармонии и справедливости. Одним лишь принятием закона они пытались создать идеальный общественный порядок, но жизнь неизменно обманывала их ожидания. Почему же до сих пор никому

не удалось установить в государстве те законы, которые способствовали бы всеобщему благоденствию? Ответ прост: общество - это динамическая (постоянно изменяющаяся) система, и новые условия существования этой системы требуют новых законов. Если в обществе нет условий для их принятия или изменения старых, то возникают противоречия, выражающиеся в накоплении и всё большем усилении недовольства отдельных слоёв населения, которое в итоге выльется в бунт, революцию, гражданскую войну. Но если в основу государственных законов положены этические принципы, то в обществе создаются условия для обязательного разрешения возникающих социальных противоречий. Эволюция предпочтительней революции. Последняя есть результат неудачной политики, при которой множество социальных проблем не решается, а игнорируется. Ситуации, порождённые нерешёнными проблемами, возникают снова и снова, каждый раз в более острой форме, чтобы однажды создать в обществе революционный хаос и уничтожить правительство.

Найти такую удачную социальную конструкцию, которая была бы неизбежно устойчивой во всех жизненных ситуациях, невозможно. Наиболее стабильной будет та система, в которой есть законы, предусматривающие возможность изменений при возникновении новых ситуаций в обществе. Например, принимая законы не на неопределённый период, как это имеет место сегодня у всех государств, а на конкретный срок и ежегодно проводя референдум по изменению, уточнению, продлению или отмене законов, можно будет своевременно устранять возникающие социальные противоречия, корректи-

ровать и совершенствовать функции и методы государственного управления. Проводить референдум следует ежегодно в одно и то же время, и не за один день, а в период праздников, чтобы люди, для правильного принятия решения, имели время обсудить и осмыслить ситуацию. Внеочередной референдум может созываться по инициативе народа.

Общественные проблемы должны разрешаться своевременно, независимо от того, кто стоит у власти: коммунисты, демократы или либералы. А для этого необходимо, чтобы в решении этих проблем принимали участие не только те, кто управляет, но и те, кем управляют. Пока сами граждане не начнут оказывать влияние на политику и принятие законов, будут существовать и "плохие цари", и "дурные законы". Проводя "конкурсы" на лучшее решение наболевших вопросов и привлекая затем авторов наиболее удачных проектов к претворению их в жизнь, а также проводя референдумы на уровне регионов, областей, городов, районов, можно обеспечить высокий уровень самоуправления общества, который навсегда исключит возможность социальных катаклизмов, революций и гражданских войн.

Любая конституция, состоящая из конкретных законов, обречена на её несоблюдение, именно из-за постоянно изменяющихся социальных условий. В конституции должны быть отражены только принципы и цели и дана возможность постоянной творческой работы над государственным устройством.

Мы прекрасно понимаем, что создание условий для изменения общества, не означает предотвращение его гибель от дурных законов, которые по недомыслию мо-

гут принять всем миром граждане страны. Должны быть чёткие ориентиры, что можно принимать, а что нельзя. Должно быть ясное представление, зачем государство нужно человеку. Если для того, чтобы копить богатство, то какое?

Начиная с XVII века, философы и экономисты спорили о том, что является источником богатства. Назывались различные его виды: торговля, плодородие почв, минеральные ресурсы, земельная рента, прибавочная стоимость, идеи. Но богатство - это не только всё перечисленное и не только то, что мы обычно понимаем под богатством: одежда, пища, утварь, жильё, но и знания, технологии, навыки, способности человека, моральные достижения, почти всё, что имеет способность накапливаться. К особому виду богатств, следует отнести не количество имеющихся вещей, а возможность в любой момент приобрести любую необходимую вещь, или сделать её, или взять её у кого-то для своей цели. Другими словами, богатством можно назвать всё, что даёт нам возможность выжить и улучшить своё положение, а ценностью всё то, что производит богатство.

Гуманизм провозглашает главным источником всех богатств - человека, потому что все реализуется посредством человека. Чем лучше в государстве условия для развития людей, тем богаче общество. Всё, что созидает человека, является богатством, и это прежде всего человеческие отношения. Именно они организуют общество (если подчинены живой морали) или дезорганизуют его (если подчинены другой морали), и чем выше моральные принципы во взаимоотношениях людей, тем организованней общество, тем развитей человек и бо-

гаче государство. Здесь мы имеем в виду мораль не ко-  
торая декларируется, а которая исполняется в обществе.

Мораль отражает уровень достижений цивилизации  
в создании развитого человека. Чем человек моральней,  
тем он талантливей. Человек с гордостью назвал себя  
Homo sapiens (Человек разумный), но разум без морали  
мёртв, а что может родить мёртвое? Без морали разум  
похож на топор, которому всё равно, что рубить: дрова  
или головы. Аморальные люди производят лишь хаос  
разрушения, и особенно опасно, если в их руках госу-  
дарственные бразды правления: они умудряются обес-  
ценить и обесмыслить жизни миллионов людей. Мы  
сейчас подходим к рубежу, когда Человечество осозна-  
ет приоритет морали над разумом, и, перешагнув этот  
рубеж, человек будет иметь право называться Homo  
Moralis.

Сейчас руководители начинают осознавать, что по-  
литикой могут заниматься только профессионалы. Од-  
нако тут же делается очередная ошибка: такими профес-  
сионалами считаются только юристы. Но для политика  
недостаточно иметь юридическое, историческое или  
экономическое образование. Главное для него - быть  
глубоко моральным человеком. Он пример для большин-  
ства людей. Подготовку политиков должен осуществ-  
лять специально созданный институт на базе высшего  
образования, куда бы все партии посылали учиться сво-  
их самых лучших представителей.

Вторым по значимости богатством являются зна-  
ния, или, говоря языком Станислава Лема, сумма техно-  
логий цивилизации. Соответственно, ценностью являет-  
ся то, что позволяет получить эту сумму, т.е. творчество.



Чтобы России стать богаче Америки, нужно не пытаться её догнать и перегнать, а познать в полной мере и перенять всё лучшее. Через знания можно достичь не только уровня Америки, но и стать на одну планку с развитыми космическими цивилизациями.

Уровень развития науки также определяется уровнем морали. Это становится совершенно понятным, если проследить, как моральные принципы конструируют алгоритмы мышления и поведения. Например, используя моральные принципы терпимости и соответствия по отношению к известной христианской заповеди - если тебя ударят по одной щеке, то подставь другую - которая предписывает однозначное поведение, можно представить другие варианты, позволяющие наиболее адекватно отреагировать на ситуацию, в зависимости от духовного уровня ударившего. Может быть, надо дать сдачи, а, может быть, простить ударившего и больше не общаться с ним, или простить и продолжить общение, а может, попросить у него прощения. Влияние ситуации на мораль указывает на обратную связь - характерный признак жизни, поэтому общечеловеческая мораль всегда живая.

К третьему виду богатства относятся материальные ценности: полезные ископаемые, природные источники энергии (солнечная, геотермальная, энергия приливов и вакуума), лесные и речные ресурсы, плодородие почв, разнообразие ландшафтов, животного и растительного мира, а также все предметы, производимые человеком, или с помощью человека. Соответственно ценностью является человеческий труд, преобразующий природные богатства в предметы потребления.

Сказанное представлено в таблице 1.

Богатство	Ценности – производители богатства
Человек	Моральность
Сумма технологий	Творчество
Природные богатства	Труд человека

*Таблица 1. Богатства и ценности человека*

Двигателем жизни сегодняшней цивилизации является материальное богатство, а самооценность личности не является значимой. Когда большинство людей смогут осознать приоритет человека над остальными видами богатств, качество двигающих цивилизацию сил изменится, и научно-технический и социальный прогресс существенно ускорятся.

Всё Человечество прошло через общину, благодаря чему была сформирована общечеловеческая мораль - правила поведения по отношению к другим людям. Моральные принципы, позволившие просуществовать Руси как единому целому более тысячи лет, вытекали из основ русской общины. Её возраст значительно больше российского государства, и она просуществовала вплоть до прошлого века, в то время как большинство других цивилизованных народов утратило общинный уклад 1-2 тысячи лет назад. Русским присущи чисто общинные врождённые качества: сострадание, доброта, незлобивость, радушие, сердечность, совесть, справедливость, на которых собственно и выросла русская этика, к сожалению, не ставшая нормой жизни сформировавшегося российского государства, поскольку оно после христианизации стало строиться по римскому образцу. По словам исследователя характера и души рус-

ского народа Н.О. Лосского, главной объединяющей чертой русских является чувство религиозности, проявляющееся в жертвенности и преданности, в сочувствии и сострадании, стремлении к добру и соборности. Честность и преданность славянских воинов прельщала персидских султанов и турецких пашей, они предпочитали брать их в охрану, а греки и римляне призывали славян в свои войска наравне с легионерами, а из других наемников формировали второсортные подразделения. Эти же качества были причиной, почему многие пифии в греческих храмах были славянками. Деловые люди Европы и Америки в прошлом стремились взять себе в жёны славянку или японку, потому что они не бросали своих мужей в случае неудач или банкротства.

В древнерусской морали отчётливо выделяются семь врождённых качеств русского народа, сохранившихся ещё в российской провинции.

1. Добродушие было национальной чертой наших пращуров, оно соответствует моральному принципу *т е р п и м о с т и*. Эта черта помогла российскому народу объединить многие народности на территории Европы, Азии и Америки. Если её поддержать законодательно, то этот моральный принцип сможет противостоять вырождению и мутациям, охватившим сегодня большинство наций. Терпимость не означает пассивность и безынициативность, и тем более беззубость, но каждый будет выслушан и не осмеян. В народе подмечено, что в спокойствии - сила, т.е. состояние терпимости служит для накопления внутренней энергии, которая рождает в человеке устремлённость. Об этом качестве хорошо говорят народные пословицы:

Терпенье даёт уменье.

Без терпенья - нет спасенья.

Терпение и труд всё перетрут.

2. Общинные качества человека: сострадание, сочувствие, способность войти в положение другого человека и понять причины его состояния - связаны с моральным принципом - у в а ж е н и е м. Взаимопонимание людей - это условие единства нации и государства. Бытовавшее на Руси взаимопонимание позволило ей существовать тысячелетия.

Из многочисленных пословиц об этом принципе приведём три:

Где совет, там и свет.

Не бойся врага умного, бойся друга глупого.

Нет того любее, как люди людям любви.

3. Характерная для наших предков преданность традициям и национальным святыням является основой морального принципа - п р е е м с т в е н н о с т и. После создания на Руси западного типа государства древнерусская общинная мораль начала разлагаться. Почитание старших (одно из проявлений принципа п р е е м с т в е н н о с т и) отражено в древнерусском языке наличием звательного падежа. В процессе разложения общинной морали он полностью исчез из языка. Со времён принятия христианства принцип преемственности постоянно нарушался. Достаточно вспомнить никоновскую реформу, февральскую и октябрьскую революции, множество смен правителей российского государства, борьбу враждующих группировок и др. Победившая сторона, как правило, отвергала все достижения проигравшей, чем обедняла последующую жизнь общества. По словам

А.И. Одоевского, отказ от прошлого вызывает смертельную болезнь Человечества. Пришла пора возродить почти утраченный моральный принцип преемственности, без которого невозможна дальнейшая эволюция российского общества. Сохранились пословицы, характеризующие принцип преемственности:

Живи по-старому, проживёшь дольше, а мели по-новому, намелешь больше.

Всё по-новому, а когда по-старому?

Своих друзей наживай, а отцовских - не теряй!

4. У русских было всегда крайне обострено чувство справедливости - это не что иное, как проявление принципа соответствия. Более ёмко сформулировал этот принцип римский император Юстиниан: "Каждому отдай должное". Он на века закрепился в русских пословицах:

Как аукнется, так и откликнется.

Какую дружбу заведёшь, такую жизнь и проживёшь!

С кем поведёшься, от того и наберёшься.

5. Со стремлением русских к соборности и отзывчивостью русского характера связан моральный принцип Живой Этики - сотрудничество. Общинная мораль ведёт к общности, а всякая иная, где присутствует конкуренция - к разрушению. Исторически Запад тяготел более ко второму типу морали. Он ведёт к крайнему индивидуализму, порождая глобальный кризис человеческой личности, о котором в последнее время всё громче говорят западные философы, социологи и психологи. Человек оказался отсечённым от общности и духовности, от семьи и друзей, от своей нации и государства. А сегодня кое-кто пытается эту мораль привить и российскому обществу. Как говорят пословицы:

Одна пчела немного мёду натаскает.  
Глуп совсем, кто не знает ни с кем!  
Одной рукой и узла не завяжешь.

6. Наиболее ярко у русских проявляется их врождённое качество - совесть, которому соответствует моральный принцип **с о и з м е р и м о с т и**, позволяющий соизмерить своё поведение с реакцией окружающих. На практике этот принцип более или менее соответствует гиппократовскому "не вреди". Сегодня люди не живут по законам конституции, указам и постановлениям президента, правительства и парламента, а живут по нормам морали, передающимся из поколения в поколение. Приоритет морали над правом, существовавший в России - не признак её отставания от цивилизации, а условие возможного подчинения права морали, когда президент, правительство и парламент будут руководствоваться моральными принципами. Обратные попытки (подчинить мораль праву) всегда приводили Россию к смуте и бунту.

Русские пословицы, раскрывающие этот принцип:  
Взялся за гуж - не говори, что не дюж!  
Знай, сверчок, свой шесток!  
Чьим умом живёшь, того и песенку поёшь.

7. Явление преклонения перед Западом возникло благодаря вмести́мости русского общинного характера, которое проявляется в принятии чужих людей, мыслей и идей как своих, в почитании другого человека как самого себя или даже выше. Это качество соответствует седьмому моральному принципу - **о т к р ы т о с т и**. Открытость - показатель духовной зрелости человека. Вмеща́я в себя мысли и чаяния всех людей, человек

приходит к глубокому, всеохватывающему пониманию происходящего. Но если это качество не уравновешивается почитанием предков и их традиций, то проявляются его негативные стороны: загнипнотизированность немалой части нашей молодёжи мнимыми западными ценностями и пр. Конечно, разочарование в них рано или поздно обязательно наступает и начинается обратная тенденция - полного отрицания, хотя это тоже неправильно. Наша задача - вбирать в свою культуру от западной цивилизации только лучшее. Русские пословицы об этом принципе:

Кабы знал да ведал - всего отведал.

Не узнав горя, не узнаешь и радости.

Счастье без ума - дырявая сума.

Люди живут по существующим нормам морали, которые передаются из поколения в поколение. Названные качества в древности сформировали русскую этику, не ставшую нормой жизни Российского государства, которое строилось по греческому, римскому, а затем западному образцам.

Выше названные моральные принципы соответствуют конкретным явлениям и законам природы.

Законы в природе на всех уровнях имеют одинаковое проявление, т.е. на физическом, химическом, биологическом и социальном уровнях существуют одни и те же явления, хотя называются они по-разному и открыли их разные люди. Основных законов, открытых в физике, пожалуй, можно выделить семь: "закон сохранения энергии", 2-й и 3-й законы Ньютона, закон рычага, резонанса, явление суперпозиции и затягивания частот.

Именно проявление этих законов мы наблюдаем на все уровнях материи. Например, 3-й закон Ньютона: "Действие вызывает равное противодействие", в химии известен как принцип Ле Шателье: "Внешнее воздействие, выводящее систему из термодинамического равновесия, вызывает в ней процессы, стремящиеся ослабить результаты этого воздействия". В биологии 3-й закон Ньютона проявляется в открытом П. Шарденем явлении гомеостаза: стремление организмов сохранить внутреннее постоянство среды. В социологии 3-й закон Ньютона наблюдается как принцип с о о т в е т с т в и я. Если на физическом уровне всем абсолютно понятно, что если сжать пружину, то она непременно выправится, то на социальном плане многие люди разделяют заблуждение, что творимая ими несправедливость останется безнаказанной. Но в том то и дело, что обратное действие неотвратимо.

Закон сохранения энергии на физическом и химическом уровне материи проявляется одинаково. На биологическом уровне он известен как сохранение информации, благодаря чему в живой природе осуществляется передача признаков по наследству. На социальном уровне он известен как принцип п р е е м с т в е н н о с т и. Постоянное его нарушение людьми на социальном уровне ведёт к мутациям в обществе, которые, как показывает история, в итоге приводили общества к летальному результату.

Закон рычага был сформулирован Архимедом: сила увеличивается пропорционально длине плеча рычага. На химическом уровне он известен как явление валентности, которое используется при проведении химических



реакций, когда количество вещества для реакции берётся в соответствии с атомными весами элементов и их валентностями. На биологическом уровне закон рычага проявляется в явлении раздражимости: чем сильнее воздействие, тем сильнее реакция организма. На социальном уровне он известен как принципу с о и з м е р и м о с т и.

Закон резонанса на химическом уровне проявляется в явлении катализаторов. На биологическом он известен как закон индукции организма. На социальном уровне развитие индивида происходит благодаря претворению в жизнь принципа у в а ж е н и я.

2-й закон Ньютон гласит, что действующая сила вызывает ускорение предмета. На биологическом уровне он проявляется как движущий фактор эволюции - "изменчивость", который, кроме биологического, имеет и общее природное значение. "В природе всё изменяется, кроме закона изменений, нельзя в в одну и ту же реку войти дважды", - так говорил древнегреческий философ Гераклит. На социальном уровне он проявляется как принцип о т к р ы т о с т и.

Принцип суперпозиции наблюдается в природе в одновременном существовании явлений независимо друг от друга. Например, физические поля, имеющие одинаковую природу, одновременно присутствуя в одной точке пространства, остаются при этом неизменными. Данное явление получило в физике название - суперпозиция полей. В обществе это явление мы называем т е р п и м о с т ь ю. Отсутствие терпимости мы наблюдаем в осуждениях, попытках переделать и приспособить общество под себя, вместо того, чтобы измениться самому.

На уровне кристаллов и в строения планет мы сталкиваемся с явлением упорядочением, с одной из характеристик самоорганизации. На физическом плане оно проявляется в виде явления затягивания частот, которое было открыто на заре нашего века. Например, два электромотора, находящиеся на одной станине и имеющие разную частоту вращения, изменяют свои обороты независимо от их массы. Электромотор, имеющий большую частоту, начинает вращаться медленнее, а который вращался медленнее, начинает вращаться быстрее. Явление упорядочения проявляется на всех уровнях материи и сейчас родилась целая наука - синергетика, занимающаяся изучением явлений упорядочения и самоорганизации на всех уровнях материи. В социологии мы можем наблюдать это явление в принципе с о т р у д н и ч е с т в а, которое тоже ведёт к самоорганизации

Наиболее ярко самоорганизация наблюдается в открытых системах при подводе к ним энергии, когда устанавливается динамическое равновесие. Итак, каждому названному принципу морали соответствует конкретный закон в природе (таблица 2).

<b>Принцип морали</b>	<b>Соответствующий закон в природе</b>
Терпимость	Явление суперпозиции
Преемственность	Закон сохранения энергии
Соответствие	III закон Ньютона
Соизмеримость	Закон рычага
Сотрудничество	Самонастройка колебательных систем
Уважение	Резонанс
Открытость	II закон Ньютона, закон изменений

*Таблица 2. Соответствие моральных принципов законам природы*

Законь природы действующ независимо от нас, а в обществе люди их устанавливають сами. Если придуманные новые законы общества не имеют аналогов в природе, то такое общество будет разрушено придуманными законами и отторгнуто природой как инородное тело. Но если общественные законы будут соответствовать природным, то люди могут воздействовать и изменять взаимодействия в природе. Так, животные, живущие рядом с человеком, вследствие индукции (и подражания) изменяют своё поведение. Современник И.В. Мичурин американский мыслитель и естествоиспытатель Д. Батлер, уговаривая растения измениться, вызывал у них устойчивые мутации. Зная условия передачи человеческих взаимоотношений на взаимодействия животных, можно целенаправленно управлять эволюцией биосферы.

О влиянии общественных процессов на явления природы говорили многие древние философы и выдающиеся деятели (М. Ганди, Н.К. Рерих). Когда в Китае началась гражданская война, М. Ганди предсказал землетрясение, что и случилось. Землетрясениям в Степанакерте и Ленинкане предшествовали кровавые события в Нагорном Карабахе, эту статистику можно продолжить. Как было нами выяснено, отрицательные эмоции имеют низкочастотную составляющую, которая предшествует перед любым землетрясением. Поэтому обрушавшиеся на России американские боевики и ужасники раскачивают геологические плиты с тем, чтобы в России начались геокатаклизмы. Воздействия общественных, негативных процессов просматриваются не только в случаях землетрясений, но и в других природных катастрофах.

Гармония в природе воцарится, когда само общество достигнет Гармонии. А к ней можно прийти только через этические принципы, которые соответствуют законам природы. Состояние человека зависит от поведения жреца. Жрецу нужно строго придерживаться морально-нравственных принципов, которые не допускают неуважительного отношения к своему клиенту.

При диагностировании нужно обязательно сообщать человеку о его диагнозе и комментировать все манипуляции, проводимые с человеком, сообщая ему что он исправляет и к чему это приведёт. Обязательно предупредить, если человека ждёт боль или какие - то другие неприятные ощущения. Только в этом случае можно достичь успешного избавления человека от изуроченности и болезни.

## § 10. Нравственность жреца

Нравственность (принципы по отношению к себе) и мораль (принципы по отношению к другим людям) управляют эмоциями человека. Известно, что эмоции преобразуют людей, и чем они сильнее, тем быстрее происходит преобразование. Парализованный человек увидел, что его детям грозит опасность, и встал, хотя не мог этого сделать много лет. Маленькая женщина подняла заднюю часть автомобиля, когда он наехал на ребёнка, и удерживала 1,5 тонны всё время, пока его не достали из-под машины. Юноша и девушка, заболевшая смертельной болезнью, полюбили друг друга, и болезнь ушла. Многие люди, ждавшие чуда в Фатиме, достигли

исцеления, а у одного человека в считанные минуты выросла кость ноги на 20 сантиметров. Изменение морали приводит к изменению диапазона восприятия органов чувств. Можно приводить много примеров, доказывающих преобразующую силу эмоций. Мораль - это отпечаток эмоций, и поэтому она есть движущая сила эволюции.

Эмоции преобразуют не только людей, но и животных. Выделение адреналина у головастика превращает его в лягушку, т.е. класс рыб преобразуется в класс земноводных. Изменённый гормональный спектр способен гусеницу (тип кольчатые черви, класс червей) превратить в бабочку (тип членистоногих, класс насекомых). Если вовремя не произойдёт выделение нужных гормонов, то личинка так и останется гусеницей, а головастик - головастиком, хотя с возрастом они обретут способность к размножению. Это явление в биологии называется неотения. Наоборот, нарушение гормонального состава, например, отсутствие гормона щитовидной железы тироксина, превращает здорового человека в кретина, а затем в идиота, как внутренне, так и внешне. А от чего зависит выделение гормонов, мы все хорошо знаем: опять-таки от эмоционального состояния.

Мы купаемся в волнах человеческих эмоций, и они изменяют нас. Когда святые монахи достигают экстаза веры, то окружающие испытывают нечто похожее, и даже у диких зверей пропадает чувство опасности, и они, не боясь, подходят к святому и берут корм у него прямо из рук. Сила убеждения зависит от силы эмоций. Зная это, наши древние предки могли управлять своей эволюцией. Метаморфозы (т.е. изменения в организме) способ-

ны творить не только эмоции данного индивида. Эмоции создают поля, которые вызывают изменение химизма у всех, попавших в эмоциональное поле индивидов. Именно это явление лежит в основе зарождения новых видов на Земле. Возникновение новых взаимоотношений между видами рождает новые эмоции у индивидов, и созданное этими эмоциями поле изменяет химизм у всех организмов, обитающих в этой ойкумене. Новые взаимоотношения (т.е. эмоции) обречены родить новые биологические виды. А поскольку эмоции управляются моральными и нравственными принципами, собственную эволюцию каждый человек может сделать управляемой.

До сих пор мы говорили только о морали. А вопроса, в чём суть нравственности (правил по отношению к себе), не касались. Как показал известный писатель и исследователь древнеиндейских культов К. Кастанеда, нравственные правила ведут к раскрытию сенсорных возможностей человека. Основных правил, названных им - пять: безупречность, честность, ответственность, скромность и смелость.

Безупречность. Данный принцип позволяет человеку не иметь подсознания, и, таким образом, управлять своим сознанием. Ещё Зигмунд Фрейд показал, что подсознание у человека возникает, если человек пережил события, вызвавшие отрицательные эмоции. Память о них вытесняется из сознания, они забываются, и начинают управлять наши поведением. Нормальное состояние человека - это отсутствие подсознания. Тогда никакие гипноз, зомбирование и внушения невозможны, поскольку человек помнит всё, что с ним происходило и происходит. Именно отсутствие безупречности в поведении

человека делает его гипнабельным, легко поддающимся гипнозу. Но пока у человека есть подсознание, им будет управлять всякая нечисть. Существование у человека подсознания можно рассматривать как болезнь. Чтобы подсознания не возникало, у человека должны преобладать положительные эмоции. Отрицательные эмоции могут быть лишь в пределах допустимой величины, превышение которой ведёт к разрушению психики и потере памяти. Как показывают наши наблюдения, отрицательные эмоции делают процесс мышления невозможным. (Тесты на мышление проводились с детьми, увлекающихся фильмами ужаса, которые выявили низкий уровень мыслительных реакций). Надо полагать, что у наших предков подсознания не было. Для выполнения принципа безупречности необходимо делать так, чтобы не оставалось неосуществлённых желаний, недоделанных дел, недорешённых вопросов. Вас никто по-настоящему не сможет осудить и пригвоздить мнением, которое может изменить вашу судьбу, если вы будете вести себя безупречно. Поступать безупречно - это значит не вызывать отрицательных эмоций у окружающих людей, чтобы они не имели оснований вызвать отрицательные эмоции у вас. А отсутствие (вернее, не превышение допустимой величины) отрицательных переживаний не будет формировать в вас подсознания. Как показал американский исследователь У. Бейтс, наличие в человеческой психике напряжений ухудшает зрение.

Честность. Когда человек говорит одно, думает другое, а делает третье, то все три вектора направлены в разные стороны, и в результате внутренняя сила получается равной нолю. В жизни можно наблюдать, что об-

манщик всегда остаётся слабой личностью, не пользующейся никаким авторитетом у окружающих людей. Но если человек думает, говорит и делает одно и то же, все три вектора направлены в одну сторону, они суммируются, и сила человека утраивается. Поэтому честность (и, прежде всего, с самим собой) делает человека сильным.

Ответственность. Этот принцип означает, что если человек принял решение, он должен идти до конца и, если надо, отдать за него жизнь. Сомневаться и рассуждать можно до принятия решения, но если ответственность принята, от неё нельзя отказываться, поскольку противоположное решение уничтожает личную силу.

Скромность - это разрушение собственной важности или самости. Сознание собственной важности создаёт очаг возбуждения в мозге - доминанту, что не позволяет воспринимать более слабые сигналы. Такой человек не может обладать интуицией и сенситивностью, поэтому он уязвим и слаб. Чем шире диапазон восприятия органов чувств, тем больше человек может познать. Собственная важность не даёт человеку видеть мир таким, каков он есть на самом деле. Отсюда субъективизм и неадекватные реакции. Современная культура штампует надутых индюков, преисполненных собственной важности людей, которые совершенно бесполезны для эволюции. Этому способствуют и оценочная система в школе, и различные поощрения на производстве, и насаждаемый идеал общества "быть лучше других".

Смелость.. "Нет ничего страшнее страха", - пишет Йог Рамачарака в работе "Пути достижения индийских йогов". Ни для кого не секрет, что страх ослабляет че-



ловека. "Смелого пуля боится" - эта народная поговорка основана на житейском мистическом опыте, и это действительно так. Смелый человек преодолеет любое препятствие, достигнет самую невероятную цель. Газета "Комсомольская правда" приводит рассказ ветерана Великой Отечественной войны о простом солдате Трофимчуке, который выходил живым из совершенно безнадёжных ситуаций. Рядом с ним взорвалась бомба, весь расчёт погиб, а его только отбросило на 10 метров. В другой раз он прикрывал отход роты, рядом с его пулемётом взорвался не один десяток гранат, всё отделение погибло, а у него не было даже царапины. Как-то после боя, сидя с соратниками в блиндаже, он сказал, что ему ещё батька заповедывал: если душа дрогнет - конец, пуля сразу найдёт тебя.

Качество смелости закладывается в глубоком детстве. Для этого ни в коем случае нельзя пугать и кричать на ребёнка, иначе у него рождается комплекс страха, который блокирует любую самостоятельность, любую новую мысль, любое проявление творчества.

Перечисленные пять нравственных принципов делают человека не только человеком, но и совершенствуют его. Живущие же безо всяких принципов обречены превратиться в животных в человеческом облике.

## **§ 11. Из истории русского жречества**

Основные функции жрецов в древности - это: учить, лечить, судить и следить за Биосферой. Сегодня, когда жрецов не стало, и осталась лишь жалкая пародия на

жрецов, да католическая бутафория ничего не значащих обрядов, служители этого бутафорного культа выполняют функции слушателей исповедей своей паствы и стукачей в соответствующие органы.

Русское жреческое сословие сохранилось сегодня на Земле не только вдали от нашей цивилизации, но и внутри неё. Это может показаться странным, но мы все знаем о них и при этом, в соответствии с действующей пропагандой, ненавидим их. Кто же это? Это явьерей, которые на современном языке, звучат как евреи.

В середине XIX века, после окончательного разгрома остатков русских войск, возглавляемых последним защитником Земли Русской Святославом Храбрым, всех православных русских кудесников и жрецов поместили в тюрьмы и казематы, а их родственников захватчики продали в рабство - завуалировано называемым сегодня крепостничеством. Русское жречество оказывало сопротивление, даже находясь в тюрьме. Они создали свой язык, называемый фени, чтобы ни охранники, ни стукачи, которых здесь называли жидами, не понимали, о чём они говорят.

Среди последних русских жрецов было много детей, поскольку русские войска практически полностью состояли из детишек и женщин (амазонок), так как взрослое мужское население было всё перебито в многочисленных боях, которые пришлось вести русскому народу против многочисленных оккупантов Земли.

Русские дети становились жрецами уже в 8 лет, на это указывает факт, описанный в современной католической Библии, где рассказывается, как нужно убивать русских волхвов: после того как волхва заколоть, его нужно разрубить пополам и сжечь, т.е. убить три раза, лишив таким обра-

зом его трёх жизней. За одну стадию - 4 года, можно создать только одно тонкое тело (одну дополнительную жизнь), т.е. русский ребёнок успевал выстроить только два тела (а не девять, как у готов), а третья жизнь, давалась ему от рождения. Вот и получается, что русские детишки в 4 года становились воинами, а в 8 лет, если их не убивали в боях и они доживали до столь "преклонного" возраста, мальчики становились жрецами, вместо того, чтобы стать ими в 300 лет, как это было предписано в книге "Хождение Зусима к рахманам". На то, что жрецами можно было стать в 8 лет, указывает и тот факт, что воином Александр Невский стал в 4 года, а Святослава Хороброго посвятили в воины в 3 года. Соответственно в жрецы они были посвящены в следующую стадию, т.е. в 8 лет.

В XIX веке жидами называли внештатных сотрудников жандармерии, которые доносили на своих граждан. Французами называли потомков захватчиков ВеликоРоссии, а евреями - потомков русских жрецов. Первые две категории свободны от моральных основ и их ум не омрачён мыслями и встречаются среди всех конфессий и национальностей. В годы советской власти все эти понятия были искусственно смешаны. За слово "француз" можно было получить расстрел, за слово "жид" - лагерь, а за слово еврей не было предусмотрено наказания. Поэтому сейчас всех стали называть евреями (Явь + ерей, т.е. русский жрец Яви), хотя это явление неоднородно и сегодня практически никакого отношения к настоящим евреям - русским жрецам не имеет. Явьереям было поручено сохранить православную Библию, состоящую из ветхого (Ведического) и Вестского (евангелия) заветов. И они справились с возложенной на них миссией, поскольку кое-кто из полупрописных и непрописных православных жрецов помнит неизменённый текст Библии наизусть.

Сегодня потомков русского жречества объединили с пособниками захватчиков и с самими захватчиками, дав последним тоже название евреи, хотя они тоже списаны со счетов, как в своё время захватчики списали из своих союзников хазар, антов, кософов, половцев, кипчаков, хобров, ассов, аваров, куманов, викингов и ещё порядка десятка видов завоевателей Земли, как выполнивших свою миссию по разрушению русской волшебной культуры Землян. И даже с самими песиглавами (синоцефалами или сионистами) - основателями Римской империи, захватчики расправились, как и с остальными своими союзниками, ставшими им после завоевания ВеликоРуссии не нужными. И сегодня песиглавы вынуждены скрываться в непроходимых местах джунглей и гор, как и древлеправославные люди. Все эти союзники нужны были "сс" лишь как буфер, изолировавших захватчиков от справедливого народного гнева.

Точно так же, как созданные современные евреи, тоже нужны лишь как буфер, как мальчики для битья, чтобы никто из людей не мог догадаться, что в современных катастрофических социальных условиях виноваты не "сс", ни руководство сил сатаны, которое есть смесь людей и рептилий, а исключительно евреи. Чтобы это постоянно доказывать, захватчики специально записывают и привлекают евреев в члены правительств, в качестве управляющих банков и крупных коммерческих структур, руководителей пеницитарных заведений, а после провала захватнической иноземной политики, подставляют под гнев народа, как раз подкормленных ими евре-ев. И большинство людей покупаются на этот примитивный дешёвый обман. Чтобы его раскрыть, достаточно познакомиться с несколькими биографиями еврейских

родов у которых во владениях нет ни банков, не золотоносных приисков, не заводов.

И сразу выясняется, что потомкам русского жречества присвоили соответствующие фамилии, чтобы можно было их беспрепятственно гнобить и никуда не пускать. Получается, что одним "евреям" можно было всё - это потомки пособников захватчиков: жида, французы, левиты, а другим евреям, имеющим отношение к русскому жречеству, нельзя было ничего и у них всегда всё отбирали, а самих их по возможности убивали. Им до сих пор не дают никаких шансов вспомнить, кто они есть в действительности, а иначе сегодняшнему захватническому инопланетному режиму давно бы пришёл конец, потому что каждый русский жрец был целован в лоб обитателем Олимпа - Гермесом Трисмегистом, что означало - передачу божественных знаний жрецу и его потомкам. Тем не менее, сегодня потомки русского жречества смешались с французами и жидами, и теперь различить, кто есть кто, не представляется возможным. И хотя евреям позволили даже создать своё государство, а на базе тюремного фени, создать новый язык "иврит", но это сделано исключительно для того, что стравливать Человечество со своим жречеством, чтобы у людей не было никаких шансов сбросить с себя иноземное иго и встать с колен.

Ещё один факт свидетельствующий, что явьереи (евреи) являются русскими жрецами - это распространённость евреев (явьереев) по всему свету: в Европе, Азии, Китае, Африке, в обеих Америках, Австралии, на всех островах, Японии, во всех странах СНГ - везде есть евреи и еврейские общины. Нас кормят басней, что они разошлись по свету, только потому, что отовсюду были гонимы, но это именно

басня. Потому что убить всегда проще, чем прогнать. Вспомните резню русских казаков англичанами и большевиками, или резню русского населения в Турции, после того, как распалась Российская империя, или когда вырезали русское население Маньчжурии!? Что-то никто из этих мест не смог массово спастись! Всех их перерезали! В том-то и дело, что явьереи были жрецами, которых не так-то просто было убить. Потому что у убийц истреблялся весь его Род. Поэтому завоеватели их боялись и ненавидели и распускали про них грязные слухи и всякие небылицы, что делается до сих пор. И эту ненависть везде тиражировали. Воры, которые в прошлом тоже были русскими жрецами и держали в тюрмах верхушку (что собственно продолжается до сих пор), при их убийстве, в качестве мести за них убивают всю семью и всех родственников убийцы. Вспомните колдунов Мексики или Южной Америки, что-то никто из местного населения не стремится с ними разобраться или выступить против них. Потому что они реально понимают, что противопоставить себя колдуну, это подписать себе и своим близким смертный приговор.

Когда-то ВеликоРоссия занимала всю планету, и великорусы жили вместе со своими жрецами - явьереями. Поэтому явьереи ни откуда не пришли и ни откуда не бежали, они всегда здесь жили. А вот народы выдающие себя за местное население (только потому, что их больше), как правило, пришлые. А явьереи жили и живут исключительно на своей территории и на своей планете.

Постепенно инопланетные захватчики оккупировали большую часть нашей планеты и истребили на захваченных территориях всё великорусское население. А вот русских жрецов, они истребить так до конца и не смогли. И это не только потому, что за них отомстят их

братья, а потому что жрецы, владея знаниями, могли расправиться со своими обидчиками не только в физическом теле, но и будучи уже убитыми. Убитые жрецы будут продолжать мстить своим убийцам и их подстрекателям, пока не истребят все их Роды.

Сегодня землян захватчики натравили на евреев и поэтому у них не могут воплощаться великие души умерших жрецов, а если и воплощаются, то они не могут реализовать своё настоящее предназначение. Из-за этого у землян очень мало шансов, вырваться из рабства захватчиков, и соединиться со своими жрецами. А без жрецов ни одно общество - нежизнеспособно. Поэтому восстановление жреческого сословия, разбросанного сегодня по разным расам, национальностям, конфессиям, и даже животным (в которых жрецы превращались, спасаясь от преследований "сс" - сил сатаны) - одна из важнейших задач землян.

Излагаемая здесь информация будет понятна исключительно землянам, захватчиков же и их потомков, естественно, она будет коробить, и они будут делать всё, чтобы она не доходила до землян.

## § 12. Поведение жреца

Теодицей<sup>1</sup> называется обряд установления божественного покона. Например, если всем миром постановили, что

---

<sup>1</sup>Как считает Е.П. Блаватская, в древности этим словом называли божественные традиции, устанавливаемые жрецами с помощью соответствующих таинств. За любой неблагоприятный поступок человек тут же, без откладывания на следующую жизнь получал по заслугам.

за воровство у человека будет отсыхать рука, то проводит Теодицею, после которой у всех ворующих отсыхает рука. Не нужны ни следователи, ни адвокаты, ни судьи, ни доказательства. Всё происходит инкогнито и автоматически.

Древлеправославные жрецы устанавливали на каждый неправильный поступок теодицею, по которой человека свершившего его немедленно наказывали боги: своровал - отсохла рука; убил невинного - ослеп; оскорбил, соврал, оклеветал - отсох язык; предал - умер; изнасиловал - лишился гениталий.

То, что такие теодееи работают до сих пор, каждый мог наблюдать на примерах наших чиновников, которые награбили народное добро и думали, что будут жить без проблем, но у них и руки поотсыхали, и зрение многие потеряли, а некоторые даже лишились жизни. Конечно, не для всех людей это утверждение очевидно, потому что не каждому приходится наблюдать жизнь казнокрадов и быть в курсе их дел. Поэтому приведём более убедительные примеры из истории жизни людей, которые известны почти каждому жителю России. Вспомните такую всем знакомую фигуру как Иосиф Сталин, у которого, как вы помните, рука была отсохшей. А почему, спрашивается, она у него отсохла? Да потому что он в молодости ограбил банк, где хранились народные деньги. Факт достаточно известный, правда, никак и ни кем публично не интерпретированный. Или другой пример: Раиса Максимовна Горбачёва, которая смогла убедить своего супруга, который возглавлял тогда СССР, лечь под Америку. Итог Раисы Максимовны известен.

В обоих примерах - это работа древней теодицеи, установленной русскими жрецами, которую не отменили даже захватчики Земли, наставившие на землян ещё много своих теодицей - известных, как ящик Пандоры, о действии которого, мы уже писали не однократно. Кто-



то, кто знаком с некоторыми чиновниками лично, скажет, а вот мой Петя ворует и ничего у него не отсыхает, а Ваня вот убил и живой. Это происходит потому, что у русских жрецов была её одна многоуровневая теодицея - отсрочка наказания, срок отсрочки учитывал много факторов и в частности давал человеку возможность искупить свою вину.

На сегодняшний день многие теодееции, установленные нашими предками разрушены. Казалось бы, установи снова их, и мы снова заживём счастливо. Но не тут-то было. Любая попытка проведения Теодицеи заканчивается трагически для участников ритуала. Потому что наша планета уже давно нам не принадлежит и на всё божественное наложены замки, проклятия и капканы. Как они накладываются, мы уже писали. Осуществляются они во время войн, когда приносятся многомиллионные жертвы какой-нибудь идее: коммунизма, национализма, католичества. Убиенные души ставятся на охранение этих идей от всевозможных критиков и новаторов. Поэтому преодолеть эту силу кучке энтузиастов на сегодня не представляется возможным.

### **§ 13. Универсальное средство для избавления от слабоумия - пиявки**

Одна пиявка вбрасывает более 500 биологически активных веществ и заменяет две горсти антибиотиков, поскольку сама является мощным бактерицидным средством. Пиявки реально могут излечить человека от таких заболеваний, как герпес, золотистый стафилококк, диабет, панкреатит, гепатит, заболеваний мочеполовой

системы и даже от ДЦП. Они успешно могут быть применены против гельминтов и других паразитов. Неоднократно с помощью пиявок выводили людей из диабетической комы. Они затормаживают развитие опухолей мозга, и рассасывают опухоли в других органах.

Пиявки помогают больным после инсульта и инфаркта быстро реабилитироваться без видимых последствий от этих страшных заболеваний. У инсультников восстанавливается речь уже через два месяца, после начала лечения пиявками. В Южной Корее маленькие пиявки используются в качестве косметического средства, вместо скальпеля хирурга. Кожа подтягивается значительно лучше от пиявок, чем от скальпеля, и без всяких осложнений, которые нередки в косметологии.

Первоначально для адаптации человека, пиявок ставят на место складки между большим и указательным пальцами на руках. Это место легко перевязать, когда кровь не прекращает течь в течение многих часов. При адаптации, кровь льётся не более 2-х часов и тогда уже пиявку можно ставить в любое место, но ни в коем случае не ставить её на сосуды, поскольку в этом случае кровотечение может длиться несколько суток.

Две пиявки поставленные на живот на верхушки почек, а затем если на место пиявок поставить банки, которые, как правило, вытягивают из этого места студенистую массу. Это гриб слизевик, оккупировавший наш живот. В других местах постановки пиявок и затем банок - этого не наблюдается. Пиявка - это универсальное древнее средство для кровопускания и стимуляции кроветворения, которая чистит кровь. Но самое главное, она восстанавливает связи в мозгу, которых у ребёнка после года (т.е. после перехода на искусственное питание и коровье молоко), сокращается на 70 процентов.

Пиявки успешно могут применяться против нарастающей деменции и болезни Альцгеймера. Применение пиявок хорошо зарекомендовало себя в выздоровлении и полном восстановлении после инсульта и инфаркта, в полном излечении диабета, в успешном лечении детского церебрального паралича, и многих других болезнях, которые считаются неизлечимыми.

На кафедре гирудотерапии Санкт-Петербургскими учеными профессорами Крашенюк А.И. и Крашенюк С.В. были проведены исследования, которые открыли новые эффекты медицинских пиявок. Оказывается они:

- выводят паразитов и их продукты жизнедеятельности из межклеточного пространства;

- вызывают акустический эффект: излучение пиявки лежит в диапазоне от 25 до 250 килогерц, а это повышает общую частоту организма и проявление у человека его скрытых сенситивных возможностей;

- повышают выработку «гормонов счастья» (радо-сти) серотонина;

- способствуют рождению здоровых и талантливых детей (супердетей) при применении технологий по подготовке к беременности или во время беременности. Этой уникальной технологии Крашенюки обучают врачей из России и всего мира ([academia-hirudo.ru](http://academia-hirudo.ru)).

- Крашенюки предложили использовать пиявок в диагностическом тесте. Если пиявка отрывает кровь и погибает, через 4 месяца, то это свидетельствует о существовании токсинов в межклеточном пространстве.

Издавна использовалось пиявколение. После постановки пиявок клали на соль. Если пиявка изрыгала содержимое и сразу умирала, то пациенту назначали дополнительную терапию. Если же она выживала и не срыгивала кровь, то человека признавали относительно здоровым.

## § 14. Сколько времени человек должен двигаться в день, чтобы у него не проявились процессы деменции

Без физических упражнений, без движений и напряжений мышц, кальций не усваивается костями, поэтому в условиях гиподинамии наблюдается разрушение зубов и остеопороз (рассасывание костей). При гиподинамии наблюдается ещё одно неприятное явление (вернее его отсутствие), не выработка тестостеронов (мужских гормонов) и прогестостеронов (женских гормонов), которые могут вырабатываться только при физической нагрузке. Более того, многие гормоны, которые были у наших предков, когда они были богами, могут вырабатываться подобно тестостеронам, только в условиях высокого уровня обмена веществ. Даже если человек употребляет льняное масло и другие полиненасыщенные масла - являющееся составной частью всех гормонов и ферментов, в большом количестве по 100 - 150 грамм, но при этом не двигается. То масло не будет доставлено ни в суставные сумки, чтобы смазать суставы, ни в органы, где происходит синтез гормонов, ни в мышцы, чтобы уменьшить трение между ними.

Английский учёный Нордон в 1897 г. определил, что энергетические затраты в покое - когда люди просто лежат - составляют 33,6 ккал/кг в сутки. Эти энергетические затраты называются основным обменом. При весе человека 70 кг, основной обмен равняется:

$$33,6 \text{ ккал/кг} \times 70 \text{ кг} = 2352 \text{ ккал}$$

Умножив эту величину на "сечение жизни" - 1,618, получим 3805 ккал, отняв из неё основной обмен 2352 ккал, получим 1453 ккал - это количество энергии, которое человек просто обязан тратить ежедневно, чтобы

поддерживать оптимальный обмен веществ. Это нужно или 5 часов ходить, или два часа бегать. Именно поэтому человеку нежелательно тратить больше этого количества килокалорий, и в то же время он не может позволить потратить меньше калорий.

Подчинение режима дня "жизненному соотношению" синхронизирует все внутренние ритмы организма и его клеток, которые построены на естественных ритмах, т.е. на ритмах, соотносящихся между собой как "жизненное сечение", широко распространённых в природе и космосе. Такая самонастройка позволяет входить в тонкие контакты с любыми живыми организмами.

Подобно тому, как мы вычислили, сколько времени человек должен спать, а сколько бодрствовать, разделив сутки на 1,618, получаем 9 часов 10 минут - сон, а 14 часов 50 минут - бодрствование, отношение между ними такое же, как  $0,618 : 0,382$ . Точно также мы можем вычислить, сколько времени, человек должен двигаться, чтобы получить божественную энергию, которая даёт нам исключительно движение. Для этого 14 часов 50 минут (время бодрствования), мы поделим на жизненное соотношение 1,618. Получаем 9 часов 10 минут и 5 часов 40 минут. То есть 5 часов 40 минут человек должен в течение суток двигаться и только 9 часов 10 минут своего бодрствования, он может сидеть за компьютером, за рулём автомобиля, употреблять пищу, и пр., т.е. заниматься деятельностью, при которой не происходит активного движения.

Нужно ещё учитывать, что ходьба, является незаменимым по качеству действием, поскольку ноги - это второе сердце, и если ходить в день по 5 часов, мы значительно разгружаем своё сердце.

Обмен веществ должен поддерживаться интенсивной физической нагрузкой, когда возможен синтез многих высших гормонов. И это должно быть в течение дня. Посмотрите на собак они ведь никогда не ходят, а бегают.

Но ведь в прошлом их предки тоже были богами. И культуру высокого обмена веществ они сохранили, в виде постоянного бега, хотя они уже давно не боги. Для создания правильного режима дня с оптимальным количеством деятельности можно воспользоваться таблицей 3.

Вид деятельности	Расход калорий (ккал/час)
Борьба, бокс	1100
Тяжелая атлетика	980
Бег на лыжах	600
Бег (8,5 км/час)	570
Прыжки	550
Плавание, альпинизм	500
Рубка дров	480
Тяжелые гимнастические упражнения	450
Езда на велосипеде	410
Быстрая ходьба (6 км/час)	300
Ходьба, 4 км/ч	200
Легкие гимнастические упражнения	170
Копание	160
Печатание на компьютере	140
Работа в офисе	87
Работа за компьютером	101
Работа массажистом	294
Прогулка с собакой	200
Шопинг	200
Вождение автомобиля	101
Поездка на мотоцикле или скутере	141
Поездка на такси	50

*Таблица 3. Виды деятельности человека и расход килокалорий в час*

Вид деятельности	Расход калорий (ккал/час)
Путешествие на самолете	92
Игра с детьми с ходьбой и бегом	281
Игра с детьми сидя	141
Игры с ребенком (высокая активность)	375
Игры с ребенком (умеренная активность)	281
Кормление и одевание ребенка	141
Купание ребенка	188
Перенос маленьких детей на руках	188
Прогулка с коляской	151
Сидение с ребенком на коленях	47
Вскапывание грядок	320
Выдергивание прошлогодней травы	300
Прополка новых сорняков	230
Работа в саду	135
Сбор фруктов	320
Стрижка газона	200
Зарядка средней интенсивности	300
Прием пищи сидя/стоя	47/93
Одевание/Раздевание	93
Персональная гигиена	93
Принятие ванны	47
Принятие душа	93
Уборка постели	60
Разговор во время еды	93
Сон	14

*Продолжение. Таблица 3. Виды деятельности человека и расход килокалорий в час*

Вид деятельности	Расход калорий (ккал/час)
Укладка волос	141
Вытирание пыли	80
Глажка белья сидя/стоя	40/70
Мытье полов	130
Мытье окон	280
Работа по дому	203
Приготовление пищи	75
Чистка ковров пылесосом	205
Чистка сантехники	275
Чистка стекол, зеркал	265
Пешая прогулка (со скоростью 5,8 км/ч)	315
Пешая прогулка с семьей	101
Занятие в аудитории, урок	80
Игра в карты	50
Игра в настольные игры	50
Игра на гитаре сидя/стоя	101/202
Игра на пианино	151
Разговор по телефону сидя/стоя	50/80
Семейный ужин, разговор за столом	50
Строительство снежных крепостей, снеговиков	710
Танцы медленные (вальс, танго)	200
Танцы современные	320
Танцы диско	400

*Продолжение. Таблица 3. Виды деятельности человека и расход килокалорий в час*



Вид деятельности	Расход калорий (ккал/час)
Чтение книг сидя	29
Чтение стихов и прозы перед аудиторией	80
Секс (ккал за 20 минут)	200

*Продолжение. Таблица 3. Виды деятельности человека и расход килокалорий в час*

Ещё одна причина утраты божественности, это изменение нашего питания. Сразу после революции, когда ещё оставались люди, помнящие дореволюционную культуру, Тарасова Н.В. и Бохановская Т.П. издали в 1932 году свою книгу "Сырая пища и ее приготовление. 300 рецептов", где они писали: "Природа создала в лесах, садах полянах, огородах около 600 видов фруктов, 200 видов орехов и 300 видов овощей" - которые встречались ещё тогда в России. Сколько вы сейчас знаете фруктов и овощей? - Не более сорока. А сколько орехов? - Меньше десятка. Во времена Сталина, под видом раскулачивания, уничтожали неизвестные нам сегодня виды фруктов, овощей и орехов. И всех, кто продолжал их выращивать, неважно, кем он был: бедняк, середняк или кулак, ссылали вместе с семьёй в места не столь отдалённые, где уже никто ничего не мог выращивать. А теперь, вспомните, как во времена Горбачёва, под шумок, когда ввели сухой закон, было уничтожено в России множество сортов винограда, которых сейчас просто нет.

Поэтому задача сегодняшних гармонедов, восстановить хотя бы дореволюционные сельскохозяйственные культуры. Потому что до революции Россия, была

развитой высококультурной сельскохозяйственной державой. Неслучайно в дореволюционном "Справочнике: Россия в цифрах и фактах" сказано, что Россия до 1905 года была основным поставщиком в Европу бананов и ананасов.

Чтобы цивилизация варёноедов не погибла вместе со всем Человечеством, нужно чтобы как можно большее число людей перешло на гармоноедение, тогда они смогут подхватить эстафету от уходящей цивилизации варёноедов и влить в Человечество энергию жизнненности и вечности, безболезненно переведа всю цивилизацию на сыроедение. Тогда мечты людей о Рае, не будут такими заоблачными.

Иногда человеку хочется съесть чего-нибудь такого, и подчас он сам не знает чего. Это связано с тем, что у нас очень много исчезло из рациона различных видов злаков, фруктов, овощей, о которых мы даже сейчас и не подозреваем, что они когда-то существовали и были на столе у наших предков. Поэтому нам надо восстанавливать утраченное количество плодов, преобразуя существующие растения. Во-первых, мы можем вернуть на Землю все те плоды, которые были разделены по половому признаку. Сейчас видов плодов с половым диморфизмом осталось несколько штук: один вид огурцов, арбуз и облепиха Мужское дерево у облепихи не даёт плодов. Те же молодильные яблоки, которые ещё встречались в 50-х годах прошлого века, были разделены по половому признаку: мужские и женские деревья и соответственно мужские и женские плоды.

Именно для вызывания пищевого лейкоцитоза у Человечества постоянно происходит ревизия продук-

тов питания и подсовываются всё новые и новые эрзацы - заменители естественного питания. Мало того, что всё больше становится варёных искусственных продуктов, исчезают пищевые растения, полезные для организма. Практически на наших глазах исчезло около десяти съедобных злаков, а оставшиеся злаки заменили твёрдыми сортами, которые можно есть, только сварив их. Исчезли такие злаки, как пшено (пшеном стали называть просо), пшеничка, полба (сейчас так называют сорт пшеницы), сорго, амарант и множество других злаков, которые сейчас встречаются в одичавшем виде и, тем не менее, остаются более близкими человеческому организму по качеству и питательной ценности, чем оставшиеся твёрдые сорта злаков: пшеницы, риса, ржи, овса. Мягкие же сорта этих злаков уже больше не выращивают в промышленных масштабах. Фактически Человечество потеряло злаки из своего рациона, как когда-то оно потеряло из кулинарии споровые растения: папоротники, хвощи и плауны, виды которых к настоящему времени в большинстве своём уничтожены. Из сохранившихся видов, как правило, все ядовиты.

Микробы созданы были не для нападения на живые клетки, а только для утилизации веществ из умерших или практически уже умерших клеток. Зашлаковывая свой организм варёной пищей, человек предоставляет микробам возможность питаться собой, и сам уподобляется микробам, поскольку по качеству пища такая же, как у микробов. Отсюда микробное мышление, микробное поведение и микробные поступки, подчинённые микробной логике: "После нас, хоть потоп!"

## § 15. Современные и прошлые представления о болезни

В дореволюционной России было две медицинской школы: первая последователи Луи Пастера, утверждавших, что все болезни от микробов, и вторая приверженцев Гастона Нессая, считавших, что микробы, это уже последствия заболевания, а причина болезни в неправильном питании, режиме дня, физических факторах, гиподинамией и т.д. Соответственно в медицине было два подхода к лечению болезней: первый - устранение причины заболевания, в результате которого болезнь отступала. И второй - устранение симптома болезни, в результате чего болезнь загонялась вглубь организма. Последний подход возобладал, и вся старая дореволюционная школа врачей в годы советской власти была уничтожена. Случайно сохранилась лишь гомеопатия, которая тоже не работает с устранением причин, а своими снадобьями лишь усиливает симптомы болезней, помогая тем самым организму самостоятельно справляться с причинами заболеваний. Тем не менее, попытки возрождения старой школы медиков периодически происходили и происходят даже в наше время.

В середине XX века русский учёный А.В. Русаков обратил внимание, что организм создаёт благоприятные условия для микробов, с тем, чтобы они уничтожали отмершие ткани и клетки, т.е. исполняли роль санитаров. В 1985 году доктор медицинских наук Ф.Н. Ромашов дал газете "Советская Россия" скандальное интервью под

заголовком "К здоровью без лекарств". Он писал, что человеку микробы не враги, они помогают нам разлагать и выводить из организма шлаки - причину практически всех болезней человека. Статья ломала ранее навязанные нам представления о роли микробов в организме и, естественно, была принята в штыки.

Спросим себя: отчего это в организме образуется такое количество шлаков, что он становится неспособным самостоятельно их вывести и вынужден прибегать к помощи микробов?

Причины можно выделить две. Первая, это варварское уничтожение лесов. Из-за этого в атмосфере за последние 200 лет содержание кислорода уменьшилось с 28% до 19% и давление уменьшилось с двух атмосфер до одной атмосферы. Этим вызвано уменьшение в организме скорости обмена веществ, и как следствие - увеличение количества болезней у человека. Так, если в конце XIX века было известно всего 400 болезней, то в конце XX века после массового истребления лесов, количество болезней возросло до 30.000.

Вторая причина - это переход Человечества на варёную пищу, которая окончательно произошла фактически после Октябрьской революции. Общин сыроедов и фруктоедов до революции и после неё было ещё очень много. Они существовали повсеместно: в России, Америке, Австралии, Азии, Европе и в Африке. Особенно их было много в Сибири. Но потихоньку местные власти, руководствуясь "высоким повелением", стали притеснять и уничтожать эти общины. В России, например, это делалось под видом коллективизации и практически миллион общин, существовавших в России на начало рево-

люции, были уничтожены. Туда, конечно, входили не только сыроеды. К настоящему времени сыроедческих общин практически не осталось.

Для человеческого организма варёная пища опасна так называемым пищевым лейкоцитозом (увеличение количество лейкоцитов в крови после приёма пищи), о котором было давно известно. Сегодня это хорошо замалчиваемая тема, на которую, считается, не следует обращать внимания. Суть пищевого лейкоцитоза заключается в следующем: после употребления варёной пищи к кишечнику со всего организма устремляются белые кровяные тельца - лейкоциты, которые сосредотачиваются в стенках кишечника и пытаются не пропустить в организм денатурированные варкой белки и аминокислоты. В это же время органы и ткани становятся совершенно беззащитными против проникающих через кожу и лёгкие микробов, которых должны уничтожать лейкоциты. Более того, в межклеточном пространстве продуктов начинают накапливаться продукты метаболизма клеток (т.е. клеточных экскрементов), в утилизации которых также участвуют белые кровяные тельца. И пока пища находится в кишечнике 4-8 часов, лейкоциты защищают организм от проникновения в него денатурированной отравы, и им некогда защищать клетки и ткани от микробов и убирать клеточные экскременты. Неслучайно на вскрытие у умерших людей кишечник имеет беловатый оттенок от скопившихся в нём лейкоцитов, хотя нормальный его цвет такой же, как у печени. Клетки организма, которые дышат, пьют и употребляют пищу из межклеточного пространства, и туда же выделяют экскременты, начинают испытывать недомогание, поскольку

ку воздух, вода и пища в клетки поступают с их собственными экскрементами.

## § 16. Целительство

Сегодня мы всякие недуги называем неправильным словом "болезнями", поскольку слово болезнь связана с понятием блажа, который есть ни что иное, как контакт с богом или богами. Правильное распределение на теле потенциалов всех энергий, называлось "ланец" (сравните с русским словом "глянец" - поверхностное защитное покрытие, или с другим русским словом - "лоно" - приподнятая поверхность, или со старорусским ловом "ланита" - щека). Ланец означал поверхностный защитный потенциал, который распределялся по локам на теле человека. Каждый лок имел свой потенциал. Смещение потенциалов локов вело к остановке эволюции и возникновению хвори, недуга, немощи, немочи, которые имели общее слово - "напасти".

Болезнь тела вызывается болезнью отношений. Какие-то слова нельзя говорить в отношениях, какие-то не произносятся никогда, потому что они источник болезней и хворей. Болезни тела часто вызываются неправильным поведением людей, которое нарушает божественный (не делать другим того, чего они не хотят, чтобы им делали) или человеческий (не делать другому того, чего не хочешь, чтобы делали тебе) принципы отношений. Исправление отношений приводит к восстановлению гармонии в организме. Однако, если отношения не исправлялись длительное время, в организме могли возникнуть патологические изменения. Заболевшие (зах-

воравшие) органы дают о себе сигналами на коже, в соответствующих местах проекции органа на теле. Эту болезненную точку можно будет помассировать, до исчезновения боли и тогда происходит восстановление внутренней гармонии, а если происходит заражение патогенными микробами, проникшими в организм в ослабленный орган, то точки проекции этого органа, прижигаются йодом.

Всякое отклонение человека от праведности (коло) вызывало недуг (т.е. движение человека не по дуге коло).

Хворь возникала, если человек не хвалил богов. А потом уже придумали слово болезнь. Но хворь, это не болезнь, а невозможность человеком достигнуть необходимых результатов.

Немощь - это невозможность человеком творить волшебство. У русских людей немощь проявлялась, вследствие ослабления у человека рвения в исполнении ритуалов.

Хворост - близкое к хвори, причина происхождения та же, только характеризуется ослаблением органов чувств

Хвороба - тоже близкое к хвори, и та же причина происхождения, только характеризуется ослаблением эмоций, что не позволяет человеку превращаться и преобразаться.

Недужина - причин много, характеризуется опусканием человека с божественного уровня на человеческий, или ещё хуже на обезьяний. Проявляется, прежде всего, в отношениях с окружающими. Соответствует современному процессу превращения человека в идиота или Дауна.



Немочь - соответствует современному понятию усталости. Причин происхождения, вызывающих её - множество.

Немогута - невозможность эволюционировать дальше. Как правило, связана с появлением в организме процессов увядания.

Нездоровье - связано с уменьшением способности видения. Причина, как правило, одна - не почитание богов. Ведание не относится ни к какой форме видения. Это знание пришедшее наяву.

Хиль - хилость возникала вследствие негнутости позвоночника, из-за чего второе тело (химическое) не получало питания и у человека угасали органы чувств.

Хилина - это хиль перешедшая в патологию.

Заговор - специально произносимые слова, целью которых было излечить человека.

Приговор - тот же заговор, только с противоположным назначением - наказанием.

Наговор - бессознательное использование против кого-то свою речь в ущерб этому человеку.

Приворот - употребляется в том же смысле, что и присушить, его назначение. привязать человека к тому, к кому он равнодушен.

Отворот - действие обратное привороту.

Сглаз, как правило, делается не специально, и является результатом зависти к вам вашего знакомого. Убирается обмыванием водой с соответствующим заговором.

Порча - это специально сделанный сглаз. Убирается также, как и сглаз. Существуют тяжёлые, вернее изверские виды порчи - это порчи африканского Вуду -

проникновение в утробу человека ядовитых пресмыкающихся или беспозвоночных тварей. В России эти виды порчи не встречались, пока в неё не хлынули африканцы. Я сам не сталкивался с таким видом, но слышал два рассказа: один раз, в человека вогнали кучу тараканов, что вызвало перитонит, от которого он умер, другой раз в его мозге кишело множество вшей. Надо отметить, что там, где живут истинно православные люди, т.е. с человеческими или с божественными отношениями внутри общины и которые почитают богов, то не только змей, но даже ядовитых беспозвоночных в округе не встречается. Я опишу метод устранения этого вида порчи, рассказанный мне моим другом. Делаете руку сильной (т.е. активизируете в ней энергии жи, хи, фи, ми) и начинаете делать пасы ладонью по часовой стрелке приближая её от поражённого места к заранее подготовленной стеклянной банке, куда надо поместить предметы (корм), привлекающие змей или тех тварей, которые оказались внутри человека. При этом нужно произносить звук "ву". И после того, как внедрённые в человека твари будут вытащены из его организма, они должны быть сожжены.

Этим же способом можно вытаскивать чипы, вставленные оккупантами для контроля в различные части тела человека. Однако, если они впаяны в нервную систему, то потребуется хирургическое вмешательство.

Подселение - проникновение в человека чужой души, астрального или ментального тела. Происходит такое подселение, как правило, во время тяжёлой болезни, после алкогольного опьянения или неудачной попытки самоубийства. Сейчас всё чаще стали встречать-

ся люди, в которых подселены физические тела инопланетян.

Искорёженность - вызвать кару на человека за какой-то его неблагоприятный поступок.,

Исковерканность - с помощью заговора изменить человеку кон.

Изуроченность - с помощью заговора изменить человеку судьбу.

Но обычно человек сам виноват в своих напастях. Вы поели из чужой тарелке - вы изурочили себе судьбу. Вы поспали на чужой постели - вы заработали себе недуг. Вы не почитаете богов - вы заработали себе немощь. Вы не соблюдаете пост - вы заработали хилость, вы послушали "хеви металл" - вы исковеркали своё будущее, вы съели неблагославленную пищу - вы заработали хворь, вы одели чью-то одежду, вас постигла хвороба. Вам кто-то позавидовал - вы получили сглаз. Вам кто-то сказал что-то неприятное, вы получили порчу. Именно с этим работала терапия, а не с современными болезнями, которых в прошлом не было в помине и которые появились после падения атмосферного давления, когда из земной атмосферы исчез водород, отвечающий за иммунитет организма.

Накачать - сокращение рычага столько раз, сколько необходимо сделать для выравнивания потенциала.

Говорили откачать покойника, потому что его раскачивали и резко тормозили, для пробивания пробок в сосудах мозга.

В основном все перечисленные напасти устранялись полными движениями. Нехватка потенциала в том или

ином локе выявлялась по пульсу, о чём мы уже писали выше. Пульс прощупывается в районе шиловидного отростка напротив большого пальца сразу тремя пальцами. Между верхним и нижним пульсом не должно быть разницы. К полным движениям относятся:

-движениями таза для выравнивания и восполнения энергии жи.

-сгибание и прогибание позвоночника для энергии хи.

-наклонами шеи вправо-влево, вперёд-назад для восполнения и выравнивания энергии фи.

-подъём перед собой прямой или согнутой руки вверх и опускание вниз - для лока ми.

-сгибание и выпрямление в локтевом суставе для энергии ли.

-сгибание и выпрямление ладоней для энергии пи.

-сгибание и выпрямление пальцев для энергии чи.

-сгибание и выпрямление двух последних фаланг пальцев для энергии си или подъём и опускание бедра.

-сгибание и выпрямление последней фаланги пальцев для энергии ци или сгибать и выправлять голень.

-сгибом и выпрямлением ступни для энергии дзы.

-сгибом и выпрямлением пальцев ног для энергии джи.

-сгибом и выпрямлением двух последних фаланг пальцев для энергии дхи.

Наиболее эффективная форма физических упражнений при инфекциях - интенсивное дыхание животом (диафрагмой). Под диафрагмой находится центральный сосуд лимфатической системы, который называют вторым сердцем. Поскольку оно не может само сокращаться,

сокращение происходит принудительно под давлением диафрагмы. По лимфатической системе движутся различные виды белых кровяных телец, ответственных за иммунитет, которые уничтожают клеточных паразитов. Постоянное дыхание верхним отделом лёгких блокирует иммунную систему человека.

Упражнение для поднятия иммунитета.

В течение 12 секунд 12 раз вдохнуть и выдохнуть нижним отделом живота.

Во время задержки дыхания 12 раз подряд втянуть живот, а затем расслабить. Делать каждый раз во время разминок.

Задержка дыхания приводит к увеличению в крови углекислого газа, что в свою очередь расширяет сосуды. Дальнейшее напряжение мышц и плюс учащённое дыхание, ведёт к интенсификации обмена веществ в тканях.

Несколько слов о применении мочи. Целебный эффект мочи связан не с тем, что в ней есть, якобы, какие-то полезные вещества, а в том, что она несёт частоту вашего организма и поэтому прикладывая её к болезненному месту, мы помогаем организму воспринимать ткани за свои, а не за чужие и тогда организм начинает давать им питательные вещества, поскольку снова воспринимает их за свои.

Не менее эффективное лечение, когда воздействие на человека осуществлялось чрез вольт, т.е. лекарства и снадобья (полученные во сне рецепты), которые давали вольту, а не самому человеку. Вольт - это восковая или глиняная кукла (что лучше), на которую переносятся

свойства человека, берутся с него мощи (волосы, ногти, зубы) и прикладываются в соответствующее место, после чего начинается воздействие, купание вольта в спадобических растворах, смазывание антисептиком поражённых мест и т.д. С вольтом надо быть аккуратнее, его нельзя выбрасывать или забывать о нём. Если вы хотите сделать новый вольт, более соответствующий вашим соотношениям (когда они, у вас уже изменились), то старый вольт помещается в сандук, имеющий внутри шесть параллельных зеркал (чтобы ваши частоты молодости усиливались), или он дробится и рассыпается по вашему саду.

Можно применять также прикосновения, приводящие к выравниванию потенциалов, если пульс показывает что есть такие нарушения. К больному органу, имеющему две проекции - одну холодную, другую горячую, прикладывалась грелка и лёд: на горячую сторону лёд, на холодную - грелка. Другой не менее эффективный способ при хворях - ищется на теле все больные точки, которые массируются до исчезновения в них боли. Как правило, после растирания болезненных точек болезнь проходит.

Есть варварские способы лечения, например, делать глубокие ожоги или вшивать под кожу стимуляторы, к примеру, элеутерококк, корень жизни (что делалось при параличах) или зоб курицы, что использовалось при реанимации человека, но мы философию этих способов не разделяем.

Все болезни, как и напасти, имеют свой запах. Поэтому диагностика сводилась к определению всех запахов пациента, после чего целителю картина происхожде-

ние напасти становилась понятной. Использовалась и пульсовая диагностика.

Целительство работало не столько с напастями, сколько с созданием целостности сознания человека, т.е. соединение всех сознаний тонких тел человека в единое сознание и соединение сознаний прошлых жизней с сознанием этой жизни.

## **§ 17. Девять энергий и девять тел человека**

В этом параграфе мы попытаемся восстановить древнее учение асуров об эволюции по тем остаткам русских слов, которые подчас считаются то латинскими, то греческими, хотя если знать, что Дэванагари, от которого произошли все языки - это древнерусский язык, то говорить о латинском или греческом происхождении слов не приходится. По сути греческие, а особенно латинские слова являются исковерканными словами русского языка, например, "койтус" на латыни означает половой акт и происходит от русского "соитие", здесь мы видим, как происходило и происходит обезображивание русских слов.

В человеке одновременно присутствует пять начал:

- животное (первое начало) - поскольку ему присущи все животные физиологические реакции;
- растительное - в виде нервной вегетативной системы, ответственной за гладкую мускулатуру, обеспечивающую статическую, заданную форму тела;
- грибное - в виде способности организма питаться за счёт внутренних резервов;

- кристаллическое - человеческий организм относятся к жидким кристаллам;

- и пятое начало - весь совокупный организм - биоценоз.

Каждое начало формировало свою оболочку, в которой культивировалась своя энергия. Попробуем определить названия этих энергий.

Физическое тело растёт и формируется благодаря энергии пищи. На русском языке эта энергия называлась "ЖИ", откуда слова: жизнь, живот (правильно "живод", место циркуляции "жи"), жить, живой, жевать, жидкость, жир, жила, жито, жига (танец), жиерц (жрец), жрать, жильё. От энергии "жи" происходит слово "жим", т.е. то, что накапливало энергию "жи". Накопление в организме энергии "жи" вело к увеличению физической силы.

Эфирное тело связано с впечатлениями, получаемыми от органов чувств. В русском языке энергия этого тела называлась "ХИ", откуда: хищник, химия, хитон, хилеть, восХИщение, хижина, хибара. Если энергия жи появлялась в результате жима, то энергия хи образуется в результате растяжения. Это следует из того факта, что в русском языке сохранилось слово "гимнастика" (современное гимнастика), которая в жреческом языке (т.е. в греческом) так и называлась - гимнастика (здесь "г" произносится с придыханием).

Из древности до нас дошли различные разновидности массажа и танцы, которые способствовали формированию эфирного тела. Накопление энергии хи в организме приводило к гибкости тела, а гимнастика, как известно, служит для того, чтобы сделать тело гибким.



Астральное тело формируется под действием энергии эмоций, которая называлась "ФИ" (фита - растения), откуда: фил (любовь), фигура, фиксация, физиогном, физиолог. Энергия фи усваивалась и накапливалась в организме с помощью физкультуры. Нетрудно догадаться, что если жи и хи аккумуляровались организмом с помощью сжатия и растяжения, то фи могла накапливаться в результате статических нагрузок (на что указывают слова "фиксация" и "фигура"). Например, медленно в течение 10 минут встать, или наоборот присесть, или долго сохранять своё тело в одной позе. Поэтому сегодня слово "физкультура" мы трактуем совершенно неправильно, поскольку в древности она по своим упражнениям, больше напоминала йогу, чем динамические нагрузки. Накопление фи в организме вело к росту выносливости.

Ментальное тело питается энергией мыслей. Эта энергия называлась МИ (микос - гриб), откуда слова: память, мысль, мышление, миг, минута, мир, милый, миссия, местность (последнее слово также связано с энергией ми, так как из индийской мифологии известно, что ею пропитываются все окружающие предметы). Отсюда же слово "метание" - упражнение, способствующее накоплению энергии ми. Другими словами, энергия ми образовывалась в организме, когда человек из расслабленного состояния постепенно доводил себя до напряжённого и затем производил толчок (например, ядра), или бросок (например, копья). Это очень напоминает рост гриба в природных условиях, когда гриб достигает зрелости и у него происходит выброс или, лучше сказать, выстрел спор. Накопление в организме энергии ми, вело к упругости тела. То, что это именно так, можно приве-

ти такой пример: думающие люди обычно дольше сохраняют молодость и здоровье, чем мало думающие. Метательные упражнения действуют аналогично мыслительной энергии.

Казуальным тело формируется с помощью энергии интуиции, называвшейся в русском языке "ЛИ" (литос - камень), откуда слова: лить, влияние, слияние - указывающие на возможности энергии ли. Отсюда же происходит слово "лежание" - упражнение, способствующее накоплению энергии ЛИ, т.е. энергия ли рождалась при полном расслаблении человека. Возможно, что слова "летать" и "лето" тоже связаны с этой энергией.

Накопление землёй и почвой энергии ли ведёт к потеплению климата. Если имеется под почвой кристаллическая подложка, то, несмотря на окружающий холод, создаётся местный микроклимат. Например, в зоне тундры на глиняной подложке растут лишь карликовые берёзы и ели, если же вместо глины в подложку входят кристаллы, то в тундре начинают расти другие виды деревьев умеренной широты, и вырастают нормальные берёзы и ели, как это имеет место в северной Сибири. Происходит это благодаря энергии ли, ранее накопленной кристаллами.

Накопление ли в организме приводило к адаптивности (приспосабливаемости) организма. Именно благодаря этой энергии человек мог омолаживаться и не стареть. Простейшее упражнение по накапливанию этой энергии: напряжение мышц с последующим расслаблением в положении лёжа.

Тело души формируется энергией предков (Рода), возникающей при исполнении моральных и нравствен-

ных принципов. Называлась она "ПИ", откуда слова: питри (санскр. "предки"), пиппала (санскр. "древо познания"), пища, питание, и сохранившиеся у греков слова пистис (знание) и пси (душа). Формировалось тело души с помощью восПитания, т.е. правильного режима и пестования. Накопление этой энергии вело к усилению памяти. Каждый мог заметить, что у любящих родителей дети имеют хорошую память, а заботливые дети о своих престарелых родителях, как правило, сохраняют отличную память даже в старости. Да и само слово "память" названо так нашими предками не случайно: ПИ + МИ, т.е. сумма энергий ми (мыслей) и пи (энергия предков).

Тело духа формируется из энергии воли. Называлась она "ЧИ", откуда старорусское "чиловик" и санскритское "чит" - "абстрактное сознание". С энергией чи связаны такие слова, как: чистота, чин, число. У китайцев, как уже писалось, сохранилось учение об энергии "чи" (тай-чи-чуань), которое, как мы видим, лишь маленький осколок большого знания, царствовавшего на Земле до её захвата инопланетянами. Нарасчивалась эта энергия с помощью поЧИтания старших по возрасту людей и чествования святых, праведников, пророков и богов. Накопление энергии "чи" вело к усилению воли - важного качества, объединявшего человека с богом.

У наших предков было ещё две оболочки, на сегодняшний день полностью утраченных большинством людей. Условно их можно назвать этической и языковой.

Этическая оболочка, или божественная, формировавшаяся благодаря усилиям и стремлению человека к божественным целям. Она напиталась энергией, возни-

кающей при исполнении 40 канонів ведо-вестизма, и называлась "си". Откуда слова: сигнал, символ, симметрия, сидеральный (космический), сивиллы (прорицательницы), сиддхи (санскр. "чудесные силы" и одновременно "мудрецы, достигшие божественных возможностей"). Вхождение энергии си происходило через сидение в симметричном пространстве и слушание музыки ситары.

Этическое тело встречается в основном только у представителей русского народа (русскоязычного населения), являющегося последним носителем уничтожаемой древней культуры землян. Проявляется эта оболочка, как уже говорилось, в виде совести (с вестью богов) - понятие, которое присутствует только в русском языке, у других же народов подобных понятий уже нет, потому что у них отсутствует не только божественное тело, но и крайне редко встречается тело духа (тело воли) и достаточно часто нет тела души (что проявляется в полном отсутствии морали). Собственно к рождению бездушных людей, которое осуществляется с помощью сексуальной распушенности и современной поп-культуры, нас постоянно подталкивают захватчики Земли. В русской же традиции, являющейся исконной культурой Человечества, ещё недавно достаточно частым было рождение людей с божественными возможностями, на что указывает множество топонимов на карте России: Богородницкое, Богородск, Богородничное и т.д., где в силу сохранившихся русских традиций рождались боги, и которые спешно были переименованы во времена Советской власти, чтобы скрыть истинный размах богоносности русского народа и привить ему чувство вины, уничижение, постоянное раскаяние в том, что он не со-

вершал, и чувство собственной неполноценности, которое уничтожает любое проявление божественности.

Языковая оболочка - девятая, завершающая первый цикл развития, характерна для тех, кто овладевал древнерусским языком. Языковую оболочку питала энергия божественной воли, называемой "ци", откуда слова цикл (ци + коло), цивилизация (ци + вилане - так в Европе называли крестьян), циклопический (огромный), социальный и сохранившееся учение об энергии ЦИ - цигун. Отсюда же происходят слова: целый, целить (ци + лить), цель, ценность. Энергия ЦИ возникала при овладении Дэванагари или древнерусским языком, поскольку он нам достался от асуров (обратное руссов), которые были Повелителями Вселенных. Человек мог копить эту энергию через древний инструмент - цимбалы.

Всё сказанное представлено в таблице 4. Мы перечислили девять названий энергий, имеющих женское начало "инь", но было столько же энергий мужского начала "янь", оканчивающихся на "а": жа, ха, фа, ма, ла, па, ча, са, ца. Здесь "а" звучит как среднее между звуками "а" и "э".

## **§ 18. Древние названия врачей, работавших с тонкими энергиями**

Любопытно, что многочисленные названия врачей отражают древнее название энергий:

Жи - животворец, слово, исчезнувшее из русского языка, но осталось производное от него прилагательное: "животворное", характеристика, касающаяся напитков или пищи;

Энергия	Название тела	Бог	Начала человека	Упражнения, накапливающие энергию
Жи	Физическое	Леля	Роша (экосистема)	Жим
Хи	Эфирное	Жель	Животные	Гимнастика
Фи	Астральное	Таня	Растения	Физкультура
Ми	Ментальное	Радегаст	Грибы	Метания
Ли	Казуальное	Троян	Кристаллы	Лежания
Пи	Душа	Кострома	6 моральных и 5 нравственных заповедей	Моральные и нравственные усилия
Чи	Дух	Семаргл	Воля	Волевые усилия
Си	Божественное (агаман)	Веста	40 заповедей	Симметрия, сидение
Ци	Дэвоконическое, царьатаман	Дэв	Язык	Язык

*Таблица 4. Упражнения, накапливающие тонкую энергию*

Хи - хирург, хиропрактик;

Фи - фельдшер, физиотерапевт;

Ми - медик;

Ли - лекарь;

Пи - пифии (прорицательницы), слово почти исчезло, сохранилось - "пилюли", что может указывать на исчезнувшее слово "пилюльщик" и соответствовать современным словам: аптекарь (от "апи" - пчела) или фармацевт, хотя последнее название относилось к энергии фи;

Чи - врачИватели, работавшие с энергией чи; сегодня врачи совершенно не связаны с душевными проблемами, а лишь с веществами, от которых якобы зависит здоровье, но это иллюзия, поэтому современных врачей нельзя называть врачевателями;

Си - сирюльник, правильно сирюльник;  
Ци - целитель, делающий человека целым.

Три последних вида энергии: чи, си, ци - управлялись числами, причём, каждый вид этой тонкой энергии имел свой вид чисел и свое счисление.

Числами называлась шестнадцатеричная система счисления, управлявшая энергией чи и по которой жили люди, к нынешнему времени исчезнувшая. Но известно, что в XIX веке не стало одного вида числительных, остатки которого присутствуют в русском языке: кол, пара, трета.

Сифирами (слово в исковерканном виде сохранилось в Каббале - сефироты, выражающееся числами и означающее божественные эманации) назывались числа в двенадцатеричной системе счисления, управлявшей энергией "си", по которой жили все, кто стремился достичь или достиг уровня богов. В русском языке эта система присутствует в числительных: первый, второй, третий, ..., и называлась она дюжинной системой счёта. Слово "дюжинный" имеет значение большой, хороший, сильный, мощный, крепкий, что указывает на её отношение к богам.

Цифрами назывались числа десятичной системы Господ, управлявшие энергией "ци", которыми мы сегодня пользуемся. Люди, достигшие уровня Господ, не отрицали предыдущие уровни, но учитывали их при планировании своей деятельности.

Система счисления - это фундамент культуры, и она задавала правильный, т.е. созидательный ритм жизни. Замена счисления на несовпадающие ритмы с частотами организма неизбежно ведёт к энтропийным процес-

сам: разрушениям, революциям, катаклизмам, войнам. Захватчикам после смены счисления, удалось убрать и все естественные меры (вершок, перст, палец, аршин, сажень, верста), заменив их на диссонирующие с человеческим организмом метры и сантиметры, тем самым, заложив в фундамент нашей цивилизации постоянный процесс разрушения.

## § 19. Источники тонких энергий

Практически все растения давали человеку энергию фи, но были отдельные представители, которые могли при определенных условиях накапливать высшие виды энергий. Конечно, сегодня у нас нет экспериментальных данных о том, какое растение даёт именно ту, или иную высшую форму энергии. И нам остаётся уповать, что "сс" не удалось изменить все русские названия растений, отражавшие истинную суть и настоящую цель, для которых эти растения были созданы нашими предками.

Например, мята снабжала человека энергией ми. Её родственница мелиса, наряду с энергией ми, давала человеку ещё энергию ли. В мимозе, как и в грибах, тоже концентрировалась энергия ми.

В лимоне было много энергии ли. Но цитрусовые, к которым относится лимон, давали человеку также высшую энергию ци.

Пихта давала энергию пи, которая действительно улучшает память. Но она, по всей видимости, улучшала не только память текущей жизни, но и восстанавливала память Рода и память прошлой жизни. Для её восстановления, помимо серотонина, необходимо употреблять



в пищу продукты моря, ещё лучше прополис и совсем хорошо маточное молочко - именно они позволяют человеку вспомнить свои прошлые жизни.

Чай давал человеку энергию чи (чайный куст, иванчай, листья чинары).

В девясиле накапливалась энергия си. Читатели с высокой чувствительностью организма, сами могут попытаться выяснить, какие растения какой обладают энергией, и мы открыты для обмена подобной информацией.

В цитрусовых и цикории проявлялась энергии ци, передававшая человеку божественную волю.

Великому "научному" заблуждению, которое правильнее назвать мистификацией, мы обязаны якобы шведскому естествоиспытателю Карлу Линнею<sup>1</sup> (1707-1778), который ввёл латинские, никому не понятные и ничего не обозначающие названия растений, что потом послужило основанием придумать их и для животных. В результате этой диверсии (по-другому это никак нельзя назвать) древние названия растений, точно выражавшие их функции, были заменены ничего не значащими латинскими названиями. Например, русское название - девясил, подчёркивавшее, что растение даёт человеку девять сил, теперь с латыни переводится как губоцветный, а всем нам хорошо известная душица, делающая чаи необыкновенно ароматными, превратилась в "сложноцветное" и т.д. В результате этого нововведения многие растения утратили свои первоначальные имена, и многие истинные названия мы забыли и произносим их латинские обозначения: гравилат, радиола и пр., скрывавшие от нас их свойства, которые наши предки заключили в их названия. О роли латинского языка, засоряющего рус-

ский и другие языки, мы поговорим отдельно, но внимательный читатель должен заметить, что латинские слова, обозначающие те или иные понятия, как правило, имеют корни, в которых заложен противоположный смысл. Например, всем хорошо известный термин "империя", в действительности переводится как "небожественный" (сравните с английским словом "импоссибл" - невозможный), или "порнография", слово имеющее сегодня отрицательное значение, в действительности переводится как "описание начала силы" и никакого отношения к голым телам не имело и т.д.

Каждая энергия обязательно употреблялась человеком в момент формирования у него соответствующего тонкого тела в виде настоев, отваров и заваров (чая), в которые, наряду с основным компонентом тонкой энергии, входили также листья, цветы и плоды священных деревьев, соответствовавших богам, имена которых составляли действующее имя человека. Как обязательный элемент божественные чаи входили в пост, трапезу, колево и другие виды обрядово-ритуальной пищи.

## § 20. Гигиена беременных женщин

Чистить организм необходимо и тем кто готовится стать матерью, поскольку очищенный организм упреждает как ранние, так и поздние токсикозы. К деторождению О.И. Устинова относится как к божественному процессу. Если бог вам дал ребёнка и позволил забеременеть, то вы его должны успешно родить, не зависимо от того узкий у вас таз или нормальный, повышенное артериальное давление или пониженное, есть у вас белок в

моче или его нет... Врачи же обычно до смерти запугивают женщину этими показателями, склоняя её к кесареву сечению, или под угрозой выкидыша кладут на сохранение, что она уже бывает не рада, что забеременела! Но весь фокус как раз и заключается, что любая забеременевшая женщина находится под божественным неусыпным оком и её не надо пугать неудачными родами. Приходит срок и всё само разрешается, белок в моче исчезает, давление нормализуется, кости узкого таза раздвигаются - и рождаются нормальные дети без кесарева сечения.

К сожалению, многие женщины остаются материалистами и поэтому веряют свою судьбу не Богу, а врачам, которые преследуют чисто коммерческие цели, всячески запугивая их неудачными родами, и пытаются склонить к кесареву сечению. И.Б. Чарковский, принимающий роды в воде, предупреждает, что если сильно запугать женщину, то этот страх передастся ребёнку и он не захочет выходить из чрева матери и поэтому рождается мёртвым. Именно поэтому Чарковский рекомендует отцу ребёнка присутствовать при родах, а так же всех тех, кто положительно настроен к родам, чтобы ребёнок сам захотел выйти к ним. Подобные роды доставляют женщине удовольствие.

Нельзя также, предупреждает И.Б. Чарковский забирать детей от женщины, как это делается в роддомах. Проведённые им опыты на животных показали, что когда у них забирали малышей, у самок не включается инстинкт материнства, и происходит отказ от детёнышей. А крысы-мамаши, просто поедали своих новорождённых.

Конечно, было бы лучше, если бы женщин не укладывали при родах на спину. В этом случае возникает ступор - обездвиживание мышц промежности и роды становятся проблемными, а предлагали присесть на корточки, как требовали повитухи, которых после Октябрьской революции зачем-то всех отстреляли и заставили женщин рожать по методике западной медицины. Одна женщина рассказывала, что когда у неё начались схватки, она присела на корточки и почти родила, но пришли акушеры, уложили её на стол, и схватки тут же прекратились.

И.Б. Чарковский на многочисленных примерах удачных родов в воде показал, что нельзя также перерезать пуповину, поскольку малыш продолжает брать из неё всё необходимое для организма. И надо ждать, когда она сама отсохнет. А супруги Диво показали, что дети в этом случае развиваются в пять раз быстрее обычных детей. В старину детское место и пуповину хранили в погребах. Когда ребёнок заболел, от детского места отщипывали кусочек, и давали ребёнку выпить с водой, и болезнь отступала. Когда ребёнок вырос, её сжигали на русалью неделю. Ближайшее место к пупку ребёнка, мать отрезала от пуповины, зашивала в мешочек и носила у себя на поясе, что обеспечивало ей постоянную связь с ребёнком и его надёжную защиту. Мало кто догадывается, что пуповина с детским местом (плацентой), кровь и ферменты (гормоны) людей, являются основной пищей наших поработителей, поэтому в роддомах создаётся такой бардак.

Сегодня, к сожалению, утрачивается духовный элемент в зачатии и рождении детей. За счёт разгула пор-

нографии у супругов смещаются приоритеты в сторону чисто внешних аспектов. Всё больше возбуждение вызывают всевозможные извращения, которые если и могут кого-то притянуть, то только души преступников и маньяков. Уже не являются объектами полового возбуждения духовные элементы, которые притягивали воплотиться в будущих детей высокие души. Поэтому, кроме чисток организма, женщинам, чтобы родить здорового и нормального ребёнка, нужны и духовные чистки, составляющие правильные акценты между духовным и материальным.

## Библиография

- Библия. Новая жизнь, 1992.
- Битнер В. Верить – не верить. Спб, 1898.
- Блаватская Е.П. Теософский словарь. М., Сфера, 1994.
- Бузург ибн Шахрияр. Чудеса Индии. М., Восточная литература, 1959.
- Вернадский В.И. Научная мысль, как планетное явление. М., Наука, 1991.
- Героический эпос народов СССР. М., Худож лит. 1975.
- Грушко Е.А. Медведев Ю.М. Словарь славянской мифологии.
- Даль В.И. Толковый словарь великого русского языка. 1,2,3,4 том. Изд-ние книгопродавца-типографа Вольфа М.О., Спб, 1882.
- Кастанеда Карлос. Учение Дона Хуана из племени Яки. М., Миф, 1991.
- Коран. М., Маджесс, 1990.
- Кун Н.А. Легенды и мифы Древней Греции. Пермь. Книжное изд-во, 1990.
- Лазарев С.Н. Диагностика кармы. АО «Сфера», С-Петербург, 1993.
- Миклер Донна. Астрологический букварь. М.: Урания, 1993.
- Миролюбов Ю. П. Сакральное Руси. Собр. соч. В двух томах. М., изд-во АДЕ, «Золотой Век», 1996.
- Мифологический словарь. Под ред. Мелетинского Е.М. М.: Советская энциклопедия, 1991.
- Мифы народов мира. М., Советская энциклопедия, I том, 1980, II том, 1982.
- Орлов М.А. История сношений человека с дьяволом. С-Петербург, 1904. Переиздано «Интербуком» в 1991.
- Рампа Т. Лобсанг: Третий глаз. Л., Лениздат, 1991.
- Фрезер Д.Д. Золотая ветвь. Изд-во политической лит-ры. М., 1980.
- Хопке Том. Ведическая астрология. 1992.
- Шабельский Е.А. Сатанисты XX века. Спб, 1911.



## Список работ автора, вошедших в серию "В поисках сокровенного"

1. "Арканы божественных событий". Способы конструирования божественных событий в своей жизни.

2. "Атрибуты богов". Краткая характеристика богов первого Пантеона, их священные камни, деревья, растения, цвета, символы.

3. "Бабы Яги - кто они? Как стать богом". Рассказ о путях достижения жреческого сословия России. Даны основы волшебства, колдовства, магии и других исчезнувших дисциплин.

4. "Волхвы". В этом труде представлена иерархия русских волхвов (рахманов), перечислены таинства и описаны основные волховские инструменты. Даны основы высадки Священных Рощ, строительства дома, Куды и Ристалища.

5. "Вопросы и ответы" В этой работе автор отвечает на все наиболее часто задаваемые вопросы.

6. "Встреча с Кошеем бессмертным. Практика физического бессмертия". В работе рассматриваются и обосновываются условия бессмертия человека и приведены традиции, соответствующие этим условиям. Прилагается компьютерная программа "Кошей Бессмертный", позволяющая корректировать режим питания и деятельности человека таким образом, чтобы не происходило старения организма, и человек оставался вечным.

7. "Диалог Земля - Космос". Издана по Материалам II международной конференции по сотрудничеству Человечества с другими цивилизациями. Приведены существующие классификации цивилизаций, посещающих нашу Землю, а также дан список параллельных земных цивилизаций.

8. "Древлеправославный календарь". Приведено соотношение древлеправославного и светского календарей, с отметкой всех праздников первого Пантеона богов.

9. "Запрещённая история". В этой работе были рассмотрены многочисленные случаи мистификации истории, которые творили захватчики в течение последних 400 лет.

10. "Именослов". Описаны способы вычисления своего настоящего имени, отчества, обережества, сакрального имени, родового, вечного и духовного, которые необходимы для попадания в лок людей и возвращения обратно в эту жизнь.

11. "Как нам вернуть Рай на Землю", куда вошли "Наши предки" и "Истоки лунного культа". В книге приведены древние и современные свидетельства порабощения Человечества. Рас-

сказывается о жизни и смерти четырёх последних цивилизаций: асуров, атлантов, исполинов и борейцев.

12. "Как родить бога". Знания, которые отец передавал сыну, а мать - дочери. К сожалению, эти знания сегодня у людей практически отсутствуют, в силу отсутствия преемственности, так как постоянно происходит уничтожение взрослого населения нашей планеты. Описаны случаи, когда рождаются дети-боги и какие условия при этом соблюдались.

13. "Как стать сыроедом". Книга обобщает опыт сыроедения на примере людей много лет находящихся на сыроедческой диете.

14. "Когда люди были богами". Представлена картина эволюции жизни на Земле, исходя из русского фольклора и фольклора других народов. Приводятся примеры достижения волшебных свойств организма, благодаря соблюдению человеком этики.

15. "Культе предков. Практика перевоплощения". Рассмотрены древние представления о потустороннем мире и приведены современные свидетельства состояния на том свете. Даны основные знания о том, что нужно сделать, чтобы перевоплотиться снова.

16 "Метрики". Перечислены необходимые для своей эволюции данные, которые человек должен контролировать, чтобы управлять ею. На случай смерти родственники по ним смогут вернуть вас обратно в эту жизнь. Единственный документ для прохода в будущую цивилизацию.

17. "Нообиоценоз. Касание Сварога". Рассмотрены древние методы богостроительства, описаны принципы построения ритуалов и необходимых состояний, чтобы ритуалы были эффективными.

18. "Обереги". В книге представлены сведения об оберегах (талисманах, амулетах), широко используемых в Древней России. Описаны принципы создания оберегов.

19. "Омоложение. Превращение стариков в юношей". Представлена одна из тайн русской волшебной культуры.

20. "Пособие для жрецов и кудесников" В этом труде произведено обобщение всех описываемых ритуалов встречающихся в серии "В поисках сокровенного".

21. "Происхождение человеческих рас". В книге приведены доказательства инопланетного происхождения некоторых рас и она является неотъемлемым дополнением "Запрещённой истории".

22. "Путь в Общину". В работе произведён анализ условий жизненности коллективов и общин.

23. "Родовая книга". Такая книга ещё недавно существо-



вала в православных общинах. В ней представлена развёрнутая картина генеалогического дерева Рода человека. Заполняется родоначальником, каковым может стать тот, кто начинает вести Родовую книгу.

24. "Русь борейская". В этом исследовании предпринята попытка восстановить древнюю историю религий и народов, населяющих современную Евразию.

25. "Славы русским богам". Приведены славы 24 богам первого Пантеона и некоторые вспомогательные тексты для несения службы в течение года.

26. "Сыроение - путь к бессмертию". В работе рассказано о фантастических результатах сыроения, рассмотрены механизмы объясняющие феномены поразительного оздоровления и излечения от всевозможных болезней. Приведены случаи омоложения глубоких стариков с превращением их в молодых людей и даже юношей.

27. "Теория и практика Священных Рощ". В книге приведены результаты воздействия Священных Рощ на человека и общество.

28 "Эпоха Рая на Земле. Русско-борейский Пантеон". По традиционным источникам, считающимся древними, и анализу индоевропейских языков воссоздано описание Рая. В работе дана расшифровка древнего Пантеона богов наших пращуров, описан солнечный, лунный и культ предков.

29 "Украденная история". Продолжение темы "Запрещённой истории". В ней представлены портретные сходства королей, канцлеров и президентов стран Европы, Америки и Азии с императорами и руководителями Российской империи из чего делается вывод, что Европа, Азия и Америка до 1913 года входили в состав Российской империи и окончательно выделились в "самостоятельные" государства только лишь после Первой мировой войны.

30. "Этическое государство". В этой работе сделан анализ условий эволюции общества и приведены примеры древних живых социальных конструкций. Описано четыре оборота в обществе, регулирующих с помощью четырёх форм денежных знаков.

Наш адрес 123182, Москва, а/я 24, для Шемшука В.А.

Наш сайт: <http://www.Shemshuk.net>

Электронная почта: [vfpz1@yandex.ru](mailto:vfpz1@yandex.ru);

Тел. издательства 8-926-226-55-70;

В.А. Шемшук

Кудесничество

В.А. Шемшук

Халдейство

В.А. Шемшук

Чудодейство

В.А. Шемшук

Волшебство

В.А. Шемшук

Татьба

В.А. Шемшук

Магия

Серия: Русская волшебная культура

В.А. Шемшук

Тривия

В.А. Шемшук

Метеургия

В.А. Шемшук

Теургия