

18+

Эдуард Сергеевич
Первушкин

Принципы здоровья. Введение

Октябрь 2018г.



Эдуард Сергеевич Первушкин

Принципы здоровья. Введение

Октябрь 2018 г.

Шрифты предоставлены компанией «ПараТайп»

© Эдуард Сергеевич Первушкин, 2024

Доктор Первушкин Э. С. является действующим врачом-osteопатом, а также преподавателем Кубанского института остеопатии и холистической медицины, г. Краснодар.



ISBN 978-5-4493-6397-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ОГЛАВЛЕНИЕ

[Принципы здоровья. Введение](#)

[Содержание](#)

[Принципы здоровья](#)

[1. Организм – единое целое](#)

[2. Организм – самовосстанавливающаяся и саморегулирующаяся система](#)

[3. Правило артерии](#)

[4. Структура определяет функцию, а функция влияет на структуру.](#)

[Принципы лечения](#)

[Воздействия на организм](#)

[Лекарства](#)

[Антибиотикотерапия](#)

[Гомеопатия](#)

[Энерго-информационные взаимодействия](#)

[Выздоровление. Или исцеление?](#)

[Никто кроме вас... Почему?](#)

[Собственные размышления](#)

[Боль в шее или размышления о болезни и здоровье. Мифы и реалии](#)

[Анатомо-физиологические нюансы, о которых, похоже, мало кто задумывается!](#)

[Диагностика](#)

[Стратегия лечения](#)

[Чем грозит недолечение?](#)

[Принципы здоровья](#)

[Появление болезни](#)

[Тактика лечения](#)

[Болезнь – враг? Или друг?](#)

Пусковая роль стресса

Практика лечения и фулькрумы здоровья

Личность врача

Предсказание будущего

Возможности организма

Смысл лечения

Плата за лечение

Принципы отношений в паре. Терапия пары

Эпиграф

Начало

Как мы выбираем партнёра

Фазы развития отношений

Технология лечения пары

Посвящается тем, кто уже понял, что для создания своей счастливой жизни необходимо брать ответственность на себя за каждый момент своей жизни...

СОДЕРЖАНИЕ

1. Принципы здоровья
2. Принципы лечения
3. Взаимодействия
4. На примере боли в шее
5. Принципы отношений в паре

Дорогие друзья!

В своей практике оздоровления мы часто сталкиваемся с тем, что люди запутаны и запуганы противоречивой информацией о здоровье. Поэтому я решил повторить общеизвестную информацию. Так сказать, разложить по полочкам... Дальнейший текст будет упрощённым изложением физиологии и нейрофизиологии для понимания сути процессов в организме. Если кому-то покажется слишком простым изложение, можете обратиться к научным источникам и насладиться научным языком.

ПРИНЦИПЫ ЗДОРОВЬЯ

Здоровье – это просто. Потому что конкретно. И для качественного лечения совершенно необходимо понимать эту конкретику. Мне нравится такое определение здоровья – это ощущение физического и душевного благополучия. Если болит коленка или поясница, а по результатам обследования всё в порядке, вряд ли кто-то скажет, что человек здоров. Если физическое состояние хорошее, а человек в стрессе (например, неприятности на работе, ссора с другом и прочее), то вряд ли это похоже на состояние здоровья.

Поэтому ощущения – это самый точный индикатор. Ощущения – это очень важно. Только они нам подсказывают, что для нас хорошо, а что – не очень. Касается ли это еды, одежды, других людей или обстоятельств, только ощущения оставляют нас в контакте с реальностью. Представьте, что рука попала в кипяток. Боль, то есть симптом, сообщает о неблагополучии. Тогда можно что-то предпринять, чтобы сделать себе хорошо. Если же боль отсутствует, то рука погибнет, а, возможно, и вместе с хозяином руки. То же касается и виртуального «кипятка», который живёт исключительно в мыслях.

Я часто встречаю людей, которые разобщены со своими ощущениями, то есть с реальностью. Иногда люди настолько в «голове» (ментальны, то есть в мыслях), настолько в стрессе, настолько не в контакте с собой, что не чувствуют даже базовых потребностей жажды и голода.

Некоторые люди могут не пить воду вообще! При этом некоторые полагают, что чай, сок или напитки восполняют потребность в воде. Но это не так! Всё, что имеет вкус, цвет, запах, организм воспринимает как еду. Физиологи утверждают, что потребность в воде для взрослого человека порядка 3–4 литров в день. Помните, мы на $\frac{3}{4}$ состоим из воды! Вода играет важную роль в жизнедеятельности организма. О каком здоровье может идти речь, если отсутствует один из важнейших компонентов?!

Некоторые люди обедают лишь потому, что пришло время обеда, а вовсе не по потребности. Некоторые люди даже не могут почувствовать, что хочется съесть. А ведь эти ощущения прямая подсказка о нуждах организма в конкретных веществах!

Что уж говорить о более тонких ощущениях? В то время как эти ощущения – прямой диалог с окружающим миром! И учиться этому не надо, мы это уже умеем. Остаётся только слушать себя и тогда никто не сможет вас запутать и убедить в «белом», показывая на «чёрное». Всего лишь необходимо перестать суетиться, умерить Эго (испуганный интеллект, напичканный опытом прошлого, которого уже не существует, кроме как в голове), доверять своему истинному Я (когда-нибудь напишу более подробно о слоях информации то, что знаю) и открывать красоту, простоту и сложность окружающего Мира! Чем более тонкими будут ощущения, тем удивительнее открытия...

Может быть тогда вас будут удивлять замечания людей о том, что вы слишком много витаете в облаках. Причём от людей, чей взор более ограничен, чем ваш, и уж точно витающими в своих мысленных фантазиях. Вы можете удивляться тому, что видите, иногда это может больно ранить, иногда восхищать фантастичностью и тонкими взаимосвязями. И уж вряд ли вы захотите закрывать

глаза, как ваши советчики, на постоянные простуды ребёнка, как муж ходит «налево», предпочитая считать, что всё хорошо.

На вроде учеников младших классов, которые ознакомились с 4 правилами арифметики и ощущают себя «королями». Иногда настолько «ощущают», что готовы давать советы старшеклассникам по решению задач из алгебры.

Это может выглядеть комично, например: родители ребёнка с аутизмом утверждают, что никакой стрессовой атмосферы в семье нет, но за время непростой работы с ребёнком трижды просили друг друга покинуть кабинет. Но если всё в порядке, — а как мы с вами помним, что это ощущения — то и нечего менять. Тогда невозможно человека переубедить, ведь у него всё хорошо. Можно лишь указать на проблему и, возможно, он обратит на неё внимание. Может быть даже задумается, будет наблюдать, ощущать, анализировать. Возможно, когда-нибудь почувствует неудовлетворённость существующим порядком вещей, а, возможно, появится потребность в изменениях. А до этих пор может ныть по поводу болей в коленке, опухоли в кишечнике, болеющего ребёнка, нескладных семейных или финансовых отношений, но ничего не будет менять в своей жизни, ища волшебную пилюлю. А когда страдание станет нестерпимым, то будет искать свой Путь, ведущий к счастью. Что лишний раз подчёркивает, что симптом — это хорошо, это указатель где человек отклонился от своего Пути.

Поэтому важно помнить, что прежде всякого дела существует план. Сначала мы что-то планируем, потом предпринимаем какие-то действия и получаем закономерный результат (ПЛАН — ДЕЙСТВИЯ — РЕЗУЛЬТАТ). Осознанный или неосознанный план — не имеет значения. Эпигенетики утверждают, что в сознательном мы проводим 1–4% времени, остальное — в бессознательном¹. Подворачивание ноги, опухоль в печени, запор, дорожно-

транспортное происшествие и т. д. — это результат воплощения вашего плана.

Есть выражение «все болезни от нервов». Нейрофизиология это наглядно подтверждает. Цепочка СТРЕСС-НЕРВНАЯ СИСТЕМА-ФИЗИОЛОГИЯ-СИМПТОМ известна всем.

Стресс — некая ситуация, которая проживается человеком исключительно индивидуально. Вы наверняка замечали, что к одной и той же ситуации разные люди относятся совершенно по-разному, до противоположностей. И проблема не в ситуации, а в том, как человек проживает ситуацию внутри себя, какими красками раскрашивает ситуацию.

Это проживание ситуации имеет исключительно практическое значение. В зависимости от ощущения переживаемого конфликта будет повреждаться совершенно конкретная зона мозга. Эти взаимосвязи исследовал доктор Хамер на МРТ-граммах головного мозга и создал «научную таблицу новой медицины» (так он её назвал). Эта таблица удивительным образом повторяет и дополняет информацию, которую мы можем увидеть в литературе по метафизике болезней, в традиционной китайской медицине. Например, увольняют людей с работы: один будет переживать как девальвацию (ощущение «я не чувствую себя ценным») и повреждение мозгового реле в белом веществе мозга и нарушение деятельности опорно-двигательного аппарата; другой может переживать как потерю своей территории с повреждением мозгового реле в сером веществе мозга правого полушария и поражением артерий сердца; кто-то может переживать как пятно позора вплоть до развития меланомы; а кто-то может сказать «о, давно мечтал заняться новым делом!» и тогда проблем не существует.

Кроме того, в биологии проблемы времени не существует. Не важно произошла трагедия 3 дня назад, 3 года назад, 33 года назад или даже в жизни бабушки (трансгенерационные конфликты, то есть через поколения). Скажите человеку: «Что произошло 26 июня 1997 года?» И человек скажет: «Ничего особенного, было лето». Но если в жизни человека произошла трагедия, он скажет: «Было утро, на окне шевелились розовые занавески, ссора с мужем, он отвесил мне пощёчину. Даже сейчас, спустя 19 лет, я чувствую, как горит левая щека». Конфликт продолжает жить в системе.

Мозг диктует нервной, сосудистой, эндокринной и прочим системам сигнал как необходимо работать в новых условиях жизни. Меняется физиология, адаптируясь к новым требованиям. Упрощая физиологию до двух слов, можно сказать: нарушение кровоснабжения. Любой знает, что там, где есть нормальный приток артериальной крови и отток венозной крови и лимфатической жидкости, будут протекать нормальные обменные процессы, и места для болезни не остаётся.

Развиваются патологические процессы тогда, когда физиология перегружена стрессами и напряжениями, вызывая нарушения в мозге и кровообращении – появляются симптомы. Симптом (будь то повышение температуры тела, рвота, диарея, запор, боль в животе или правой стопе, опухоль в печени, снижение гемоглобина) сообщает о нарушении физиологии, повреждении конкретной зоны мозга (или зон мозга в случае нескольких симптомов) и конкретном стрессе. Даже если речь идёт об ожоге или переломе. И то, что может показаться случайностью, является непознанной закономерностью.

Конечно, необходимо понимать ещё фазы болезни. Доктор Хамер называет их «холодные» и «горячие» фазы болезни. Языком

нейрофизиологии это активность симпатического отдела вегетативной нервной системы (симпатикотония) и парасимпатического отдела ВНС (ваготония). Любой, даже не имея медицинского образования, понимает, что во время убегания от медведя будут одни реакции в организме, а после, в безопасности пещеры, совсем другие.

Знание фаз болезней даёт понимание почему воспаление – это хорошо. Воспаление означает начало восстановительного процесса. Идёт приток жидкостей в повреждённую зону, включая артериальную кровь. Поэтому мы чувствуем боль, видим покраснение зоны, отёк, опухоль, повышение местной и общей температуры, нарушение функции сегмента (необходимо обездвижить зону для заживления). Например, пробежал спортсмен больше обычного – получил стресс, затем у него болят ноги, увеличиваются в объёме, больно двигаться, болезненна пальпация мышц – идёт восстановительный процесс с воспалением. Или попала рука в кипяток – стресс, затем она опухает, отекает – идёт восстановление. Или попал человек в ситуацию, которая «дурно пахнет» – появляется заложенность носа (как если вы попадаете в задымлённое помещение, то возникает защитная реакция – заложенность носа). Или желает человек затормозить развитие ситуации, возникает артрит коленных суставов. Воспаление всегда протекает с участием микробов.

Есть запутанность в понимании роли микробов. Есть мнение, что микробы вредят здоровью. Но давайте подумаем... В нашем теле довольно много клеток, порядка 50 триллионов штук. А микробов в 10 раз больше. И тогда становится понятным, что мы существуем вместе, помогая друг другу. Контролирует деятельность микробов иммунная система. Деятельность иммунной системы, как и любой другой, контролирует нервная система. Микробов внутри нас и вокруг нас мириады.

Некоторые люди говорят: «У меня слабая иммунная система, поэтому я часто простужаюсь.» Давайте задумаемся над распространённой фразой... И посмотрим вокруг. Люди со слабой иммунной системой не болеют, они умирают – пример, СПИД (синдром приобретённого иммунного дефицита). Поэтому, когда мы видим проявления инфекции, то понимаем, что нервная и иммунная система напряжённо работают. Пока они работают в «штатном» режиме, мы хорошо себя чувствуем. При активизации микробов важно понимать их роль. И, прежде всего, помнить то, что студенты медицинских ВУЗов читают в учебнике по микробиологии: для развития микробов нужна подходящая среда (то есть условия) в организме. А вовсе не микробы формируют подходящую среду.

Если мы говорим о бактериях, то их задача – разложение. Следствие этой работы – масса положительных эффектов для организма: пищеварение, синтез витаминов и многое другое. Каждая бактерия занимается своим делом.

Иногда говорят о дисбиозе (дисбактериозе – нарушение бактериального равновесия), дескать, из-за него все беды. Давайте задумаемся... Если оставить какие-нибудь продукты, например, фрукты, то через некоторое время они сгниют. При помощи бактерий. Если продукты были в пакете, то мы увидим, что они стали жидкими и даже тёплыми. Тот же процесс мы можем увидеть в кишечнике, лёгких, коже или почках. Когда формируется в тканях застой, накапливаются продукты обменных процессов, то их кто-то должен удалить. И тогда иммунная система активизирует соответствующие бактерии. И проблема не в том, что появляются какие-то не такие бактерии, а в том, почему они появились в этом месте. И тогда мы вспоминаем о нарушении кровообращения, своевременной доставке и удалении веществ, адекватном контроле нервной системой. К слову, ещё будучи начинающим остеопатом, я

удивлялся: почему после остеопатической работы в течение 3 дней проходили отиты, гаймориты, простудные заболевания, боли в пояснице и другие безо всякого дополнительного лечения? Оказывается, речь шла уже о восстановлении, достаточно было освободить кровотоки для удаления метаболитов и восстановительный процесс завершался быстро.

Вирусы, кажется, вообще «притча во языцах». Обвиняются во многих грехах вплоть до вызывания новообразований. Однако, что такое вирус? Это цепочка РНК. Ни живой, ни мёртвый. РНК вируса, встраиваясь в ДНК клетки хозяина, позволяет производить новые белки, менять биохимию организма. То есть мы буквально становимся другими. Это необходимо, чтобы противостоять стрессу, попросту говоря, стать сильнее. Последняя информация, которая мне известна: учёные утверждают, что наш геном на 65% состоит из РНК вирусов. Ну и кто кого хочет убить?

К слову о геноме и генетике. Часто я встречаю непонимание этого вопроса. Когда-то считалось, что вот есть в нашем организме около 100 000 белков, следовательно, должно быть 100 000 генов и около 20 000 регуляторных генов. Мечталось: вот расшифруем геном, да и будем управлять болезнями да способностями. Расшифровали и оказалось, что генов всего 25 000. Для сравнения: у простой мушки дрозофилы – 16 000. Возник вопрос: как же эта система работает, управляется? На эти вопросы отвечает наука эпигенетика, есть понимание наличия эпигенетического информационного ландшафта, который управляет геномом. Опять-таки центральное управление нервной системой.

И, наконец, грибковые инфекции. В 1 г почвы может быть до нескольких сотен тысяч грибов. Грибки позволяют быстрее трансформировать вещества и сделать почву плодородной. В биологии это означает, что имеется процесс, который требует

трансформации – не пережитый траур. Например, уезжает человек на учёбу в другой город. Через какое-то время замечает грибковое поражение ногтей. Часто это связывают с гигиеническими нарушениями: мол, надел чужие тапочки. На самом деле, человек не прожил траур прощания с землёй своих предков. Тогда можно предпринимать массу усилий без особого успеха. Для меня был показателен случай с мужчиной около 47 лет: был набор различных симптомов, к тому же имелось почти полное отсутствие ногтевых пластинок на первых пальцах обеих стоп, лишь какие-то крошки в основании ногтей. Симптомы исчезали, другие появлялись – обычная жизнь. Примерно через 3.5 года от первой встречи я заметил полностью восстановленные ногти – для меня это был шок, так как я считал, что ногти погибли.

Важно помнить ещё один момент: когда вы режете палец, разве вы даёте команды клеткам, как им работать? Получается, что организм как-то сам восстанавливается, по заранее составленному плану (помните, прежде всякого дела существует план?). Некоторые называют этот план – «матрица здоровья». Это подтверждает случай, о котором рассказал Роджер Гилхрист (директор WELLNESS INSTITUTE, США): я как-то был в американской глубинке и обратил внимание на мужчину с кривоватым указательным пальцем. На вопрос «что случилось с пальцем?» ответил, что как-то, во время сельско-хозяйственных работ, палец отрубило, а затем он такой вырос. На вопрос Роджера «а ты знаешь, что пальцы не отрастают?», мужчина пожал плечами, как на очевидную глупость. Просто для него этого ограничения не существовало. Когда нет ограничения, тогда проблемы не существует.

При этом важно понимать, что мозг не умный, он идеальный исполнитель. У некоторых людей на лекциях, посвящённых принципам здоровья, которые мы проводим, возникает вопрос, а то и протест... «Хорошо, -отвечаю я – тогда дайте вау-вау». Тут

возникает ступор, как при встрече со всем неизвестным. Поэтому, если вы хотите что-то сделать, вы должны этому научиться. Это касается любой сферы жизни, в том числе и выздоровления.

Понимание принципов, по которым работает организм, заставляет быть доктора философом – доктор обязан размышлять (см. статью «Взаимодействия. Собственные размышления»). Именно опираясь на знания, наблюдения и размышления, доктор Стилл, основоположник остеопатии, говорил о необходимости знания анатомии, физиологии, химии и умения размышлять. Он утверждал, что Великий Архитектор предусмотрел всё необходимое для жизни и здоровья человека, называя это «божественным законом». То, что на сегодняшний день мы называем физиологией и нейрофизиологией. Это повергало в шок как врачей того времени, так и богословов различных направлений (впрочем, как и на сегодняшний день). Лишь невероятная эффективность работы доктора Стилла в отношении любых проблем, благодарность и уважение людей, останавливала и одних и других от расправы над доктором.

Для выздоровления необходимо понимать «божественный закон» и применять инструменты, данные Природой. Много светлых голов было за историю человечества, но никто не сумел придумать что-то лучше Великого Архитектора. Только попытки дополнить его работу, словно он что-то не сумел предусмотреть в своём замысле. Задача доктора: понять замысел и научиться пользоваться инструментами, которые созданы Великим Архитектором – следовать принципам (см. книгу Э. Т. Стилл «Автобиография»). Тот, кто прочитал эту книгу, так же как и «Записки юного врача» М. А. Булгакова, может увидеть, что отсутствие размышлений рождает потребность следовать традиции. Этот принцип неизменен ни во второй половине 19 века, ни в начале века 20, ни в 21 веке.

Стало быть, важно помнить, что в лечении мы следуем не человеческим законам, традиции или другому измышлению, но мы следуем «законам, не созданными человеческими руками» (доктор Стилл).

Как пишет Берт Хеллингер в «Истории успеха»: «Успех – это Закон жизни. Всё живое успешно. И здесь всё зависит от того, принимаем ли мы жизнь как жизнь... Жизнь это одновременно любовь. Вся человеческая жизнь развивается через любовь. Все удавшиеся отношения являются отношениями любви. Этот базовый Закон действует во всех сферах».

Ведь это просто гениально! Если сердце работает неуспешно, то – смерть. Если лёгкие работают неуспешно, то – смерть. Если неуспешно складываются отношения, то жизни нет. Если вы хотите жить, вы должны быть успешными и наполнять свою жизнь любовью! Иначе... Ну вы знаете...

И если у вас есть ещё какие-то сомнения в гениальности этого мира, его красоте, многопространственности, вариативности, поскорее откройте свои глаза, свои уши и другие органы восприятия. Доверяйте своим ощущениям, но не мыслям-воспоминаниям из прошлого, которого уже не существует. Помните, Мир и наше восприятие его – это разные вещи. Мир такой, каким мы его видим. Если мы воспринимаем мир через призму своих представлений, рамок, традиций, внутренних ран, верований, то мир может выглядеть ужасно. Но это не означает, что Мир такой, это означает, что мы его видим таким. И если стать наблюдателем, исследователем, заменить страх на любопытство (что вполне естественно для детей), то можно открыть другой мир – удивительный, прекрасный, волшебный и наполненный любовью!

Если хорошо помнить о вышенаписанном, то выводы о лечении становятся однозначными. Легко понять, что надо сделать в экстренном случае, а что необходимо делать для выздоровления. Становится понятной скромная роль доктора в жизни человека, роль человека в своём выздоровлении (см. статью «Взаимодействия. Ваше величие...»).

Теперь, если вы услышите, или, может быть, скажете себе или другому, что симптом – это хорошо, то будет понятно, что это так и есть. Ведь симптом рассказывает о целой цепочке изменений, идущей от пускового стресса. То есть симптом служит напоминанием о том, что осталось нерешённым и забытым. Поэтому слова доктора Р. Хамера приобретают глубокий смысл: болезнь – это не враг, которого надо уничтожить всеми силами; болезнь – это друг, специальная биологическая программа для адаптации к стрессу. От себя добавлю: симптом – замечательная вещь! Он служит путеводной нитью по конкретной дороге к Счастью! Это я осознал после 700 личных декодажей...

Понятно, что чудесные лекарства, волшебные инъекции, хирургия или манипуляции не могут привести к здоровью (см. статью «Взаимодействия. Лекарства»). Необходимо помнить: «*medicus curat, natura sanat*» – врач лечит, природа исцеляет. Это здорово излечивает «синдром бога» у некоторых зазнаек. Понятно, что необходимо создать условия для нормальной работы организма и тогда он сам себя восстанавливает, опираясь на внутренний план «матрицу здоровья».

Поэтому для изменения симптома, физического или психического, необходимо изменить «матрицу здоровья», то есть изменить основу своей жизни. Как рельсы, которые вас привели к одному пункту, а вам нужен другой пункт. Тогда вы становитесь на новые рельсы и направляетесь туда, куда вам необходимо.

Для успешного излечения достаточно помнить 4 правила, озвученные доктором Стиллом:

1. ОРГАНИЗМ – ЕДИНОЕ ЦЕЛОЕ

Если кто-то будет утверждать, что почки могут работать сами по себе, а система кровообращения самостоятельна со своими эффектами, а мысли не имеют для физиологии никакого значения, тот заслужит соответствующее отношение к себе по своим умственным способностям от вас. Доктор Стилл так же напоминал о единстве Тела, Разума и Духа.

2. ОРГАНИЗМ – САМОВОССТАНАВЛИВАЮЩАЯСЯ И САМОРЕГУЛИРУЮЩАЯСЯ СИСТЕМА

Об этом мы уже говорили, рассуждая о «матрице здоровья». Поэтому для восстановления нужны условия, а не волшебные пилюли или манипуляции. Эти условия: доставка необходимых веществ и удаление продуктов обмена.

3. ПРАВИЛО АРТЕРИИ

Когда есть достаточное поступление крови и своевременный отток, то обменные процессы будут протекать нормально. И тогда места для болезни не остаётся.

4. СТРУКТУРА ОПРЕДЕЛЯЕТ ФУНКЦИЮ, А ФУНКЦИЯ ВЛИЯЕТ НА СТРУКТУРУ

Почка не может выполнять функции сердца, а лёгкое – функцию мышцы. Они имеют разную структуру. Однако, если нагружать мышцу, то она меняется, становится больше, утолщается сухожилие, толще становится кость, связки между костями. Так же и в отношении лёгкого в случае потребности повышенной нагрузки, вплоть до разрастания клеток – рак лёгкого. Если вследствие какого-то стресса возникло напряжение в системе, оказались зажаты сосуды и нервы, то функция нарушится. Нарушение функции приведёт к разрушению структуры.

Когда мы встречаемся с каким-либо симптомом, то в первую очередь должны задаться вопросом: что с кровоснабжением в проблемном месте?

Тут необходимо поговорить о том, почему доктор Стилл назвал науку остеопатией? И хотя он ясно об этом говорит в своих книгах, я не сразу осознал. Любой, кто видел хотя бы схематическое изображение скелета человека, сосудистой и нервной системы, может их мысленно совместить. И теперь любой, даже не имея медицинского образования, может ответить на вопрос: есть ли какая-нибудь часть тела, не связанная с костной системой? На лекциях ответ обычно дают через 10–15 секунд: конечно, нет! Напряжение в любой части тела, в любом органе, в любом сосуде или нервном стволе приведёт к ограничению подвижности. Кость – самая твёрдая ткань, её легко нащупать, оценить её подвижность. После проведения техники легко перепроверить изменения подвижности кости, будь то ребро, позвонок, бедренная кость, 8 костей запястья или височная кость. На размышления «почему доктор Стилл поставил во главе названия кость?» у меня ушло 7 лет. Вы на этот вопрос ответили за 15 секунд. В этом я вижу единственный плюс специалиста: экономия времени. Специалист высокого уровня может по-простому объяснить проблему, высочайшего уровня – поможет задать правильный вопрос, чтобы

вы могли самостоятельно ответить, тогда вас никто не запутает вычурными измышлениями.

Теперь, когда мы вооружены принципами здоровья, собственным опытом и размышлениями, можно подумать о принципах лечения.

¹ — я считаю, что такое написание правильно, хотя и противоречит общепринятой орфографии. Наш мозг думает образами: если мы говорим о бессознательном, то говорим о бесе (неприятный образ для многих) в сознательном; если мы говорим о бессознательном, то говорим о процессах, которые протекают без участия сознания. Без участия сознания регулируется частота дыхания, частота сердечных сокращений, перистальтика кишечника, размножение различных клеток и так далее — то есть это благоприятные для жизни процессы.

ПРИНЦИПЫ ЛЕЧЕНИЯ

Великий Механик не оставил ничего незавершённого в механизме своего главного шедевра – человека, дав все необходимое для его комфорта и долголетия.

Доктор Э. Т. Стилл, «Автобиография».

В этом рассказе я хочу раскрыть простоту принципов лечения, почему важно понимание живого организма, работы с причинно-следственной связью и роли личности врача.

Конечно же, это займёт большое количество строк, возможно, что-то покажется сложным. Как, например, некоторым докторам статья о принципах здоровья кажется непонятной и там много букв. Мне представляется это удивительным!

Именно усвоение теоретических основ, наработка практических навыков делает лечение простым, а выздоровление – простой дорогой, наполненной конкретными технологиями. Поэтому медицинская наука очень простая, потому что очень конкретная.

Я хочу начать с обычной медицины, так же называемой официальной, аллопатической и прочая. Кто-то её ругает, кто-то хвалит. Давайте подумаем...

Наработано некоторое количество знаний, теорий, практических манипуляций с разной степенью эффективности. Когда болит зуб, вряд ли многие задумываются «Что делать? Какова причина?»,

скорее к специалисту, который поможет. Когда сломана рука, вряд ли кто-то думает «что делать?», бегом к специалисту. Когда поднимается артериальное давление, то скорей за помощью к специалисту. И многие другие проблемы. Почему? Потому что есть замечательные технологии, позволяющие решить проблему в краткосрочной перспективе.

В краткосрочной? Да. Стало ли человеку лучше после лечения, улучшилось ли качество жизни? Конечно! Однако... Можно ли считать человека выздоровевшим после снижения артериального давления? Можно ли считать человека здоровым после эндопротезирования тазобедренного сустава? Выздоровел ли человек с нормализацией уровня сахара в крови с применением сахаропонижающих препаратов? Здоров ли человек после сопоставления отломков костей и их фиксации одним из способов?

Отчего ж тогда люди годами помнят о своих переломах, особенно после нагрузок, смены погоды и прочее? Очевидно, что развитие медицины в области оказания помощи просто колоссально! Ведь на сегодняшний день возможно вернуть человека из комы, то есть практически с того света! Но для выздоровления этого маловато...

Некоторые хвалят народную медицину, она же называется традиционной, нетрадиционной и так далее. Волшебство, заговоры, наговоры, загрызание грыж, лечение травами и прочее... Вряд ли информированные люди будут спорить, что такое лечение возможно. Но тот, кто столкнулся с ущемлёнными или нагноившимися грыжами, запущенными случаями дисплазии тазобедренных суставов и прочими ужасами безграмотного лечения, вряд ли поверит, что есть эффективные технологии подобного рода. Ведь выздоровевшие до врачей не доходят.

Почему же всё настолько полярно? Потому как есть отсутствие понимание анатомии, физиологии, нейрофизиологии и размышлений. То есть почва для интеллектуального болота и рождения псевдонаучных фантазмов, порождающих традиции (см. статью «о принципах здоровья»). Как только появляется знание, всё встаёт на свои места, становится ясным где, когда и какой инструмент применять.

При лечении всякой проблемы нужно задаться вопросом: что с кровоснабжением? Что с иннервацией (деятельностью нервов)? Какова причина нарушения нормальной деятельности? Эти три вопроса определяют успех выздоровления. Согласны?

Что делать на практике? Опять же, очевидно: необходимо найти препятствия на пути сосудов, нервов и их освободить, освободить напряжения в центральной нервной системе. Выяснить пусковой стресс и разрешить его. То есть провести работу с каждым звеном нейрофизиологической цепочки СТРЕСС-МОЗГ-ФИЗИОЛОГИЯ-СИМПТОМ. Иначе лечиться, то есть влиять на симптом, можно бесконечно.

Восстановление движения жидкостей, включая кровообращение, приведёт к восстановлению обменных процессов и выздоровлению. Как освободить? Просто. Но дорога, ведущая к простоте, очень длинная (см. статью «мысли после благотворительности» от 15.02.16г.) ... По крайней мере, для меня.

Окончание медицинского университета не привело меня к получению ответов на все вопросы в отношении здоровья. Хотя знаний и методов работы было полно, как у любого другого врача. Через несколько лет по окончании ВУЗа я пришёл к желанию изучить остеопатию (подробнее в статье «автобиография»). Именно

здесь я начал учиться настоящему врачебному мастерству, иметь дело с живым человеком (в прямом и переносном смысле слова).

Базовое образование остеопата занимает 4 года и около 3500 часов. Выпускник должен уметь выявлять проблемы в виде напряжений в теле, называемые остеопатическими поражениями (по-современному, соматическая дисфункция), и их освобождать. Устранение ключевой проблемы приводит к многочисленным перестройкам в теле и жизни.

Врач-выпускник к моменту выпуска из школы должен владеть около 3500 техниками. Начинается освоение мастерства с простого: погружение в анатомию и физиологию, изучение техник работы с мягкими тканями. К моменту освоения этих техник, остеопат может освобождать напряжения в коже, рубцах, фасциях, мышцах, связках за несколько минут. То, что обычный массажист может не освободить и за 10 сеансов. Затем добавляются другие методы, включая высокоскоростные и низкоамплитудные техники (то, чем славятся костоправы и мануальные терапевты): слаги, трасты.

К слову, звук щелчка или хруста вовсе не говорит о правильно проведённой технике, и, уж тем более, это не решение проблемы.

Остеопаты учатся работать с содержимым полости черепа (включая мембраны до крестца, кости и швы черепа, сосуды), полости шеи, полости грудной клетки, брюшной полости, полости таза, полостей конечностей со всем содержимым. Естественно, для этого нужно знание анатомии.

И есть нечто, что совершенно отличает остеопатов от других рукоприкладчиков. Как шутят французы: «Что отличает остеопата от мануального терапевта? Первые верят, что человек произошёл от Бога, вторые — от обезьяны». Это нечто — умение слушать живой организм.

Одновременно с техническими навыками нарабатывается чувствительность (сенсорность) рук и других органов восприятия остеопата. Остеопат, прежде всего (!!!), учится выслушивать природную ритмичную подвижность как организма в целом, так и подвижность отдельного органа (мотильность) в частности. Начинается умение с выслушивания ритма ПДМ (или первичного дыхательного механизма, или краниального импульса, или быстрой волны), занимающего около 9 сек.

В различных источниках можно увидеть вариабельность 6–14 циклов в минуту. Здесь важно помнить, что это ритм адаптации к стрессу. Но наши отечественные физиологи, занимающиеся хронобиологией (в частности под руководством проф. Загускина С. Л. – они изучают процессы в биологических системах с течением времени, подарили целую таблицу ритмов от миллисекундных до миллиардолетних), дают конкретный ориентир в 9 секунд.

Нарушение этого ритма говорит о патологии. То есть все органы и ткани должны двигаться в этом ритме ПДМ, по аналогии с дыханием – вдох и выдох тканей. Поэтому остеопаты должны не только уметь находить напряжения в теле, но и уметь ощущать как «дышит» орган. Именно отсутствие жидкостно-тканевого дыхания (то есть нарушение притока и оттока жидкостей) указывает на наличие проблемы. Поэтому мастерство остеопата заключается не просто в устранении напряжения техническим приёмом (или приёмами), но, прежде всего, восстановление естественной подвижности. Именно это позволяет быть остеопатам эффективными при самых различных патологиях. Все ли такие? Конечно, нельзя всех под одну гребёнку...

Некоторые останавливаются на уровне работы с мягкими тканями (например, миофасциальный релиз), некоторые увлекаются трастами, некоторые увлекаются краниальной работой (работа через череп) и так далее. И даже при такой работе можно иметь определённый успех в лечении и у пациентов. Это механический уровень работы, которым должны владеть все выпускники остеопатических школ.

Некоторые идут дальше в своём развитии. Для подготовки остеопата приличного уровня надо примерно ещё 4 года последипломного образования и порядка 3000 часов. Если в предыдущие годы остеопат учится работать больше с содержащим, то в это время остеопат учится работать больше с содержимым: внутренними органами со связочным аппаратом, сосудами и нервами, уметь ощущать внутриорганные напряжения, нервные и сосудистые стволы.

Увеличивается тонкость сенсорного восприятия вплоть до ощущения давности и обстоятельств травмы. Правда, если не знаешь как с этим работать, то смысла особого нет; скорее даже наоборот, можно навредить – ведь человек при этом себя чувствует словно его прилюдно обнажили, что рождает дополнительный стресс и напряжение, в то время как задача – освободить от стресса. Обычно здесь врач учится выслушивать более тонкий ритм 2–2.5 цикла в минуту – это уже работа с силами Здоровья, которые можно ощутить через движение в спинно-мозговой жидкости (флюид во флюиде). Это мощная сила, рождающая движение в жидкостях, костях и других тканях. Работа с этой силой позволяет проводить большие изменения в организме.

Уместно будет сказать, что ощущение и представление о наличии движения – это две большие разницы, как говорят в Одессе. В первом случае – это реальная работа, которую можно

оценить; во втором – фантазия в голове автора, которую легко протестировать. Чтобы уметь работать на таком тонком уровне, врач должен провести много внутренней работы над собой, личностным ростом. Это означает пройти через различные неприятные вещи, которые живут внутри, и пройти дальше, к внутренним ресурсам. Это очень тяжелая работа, поэтому некоторые не проходят – это личный выбор... Эффективность работы врача на таком уровне и скорость выздоровления увеличивается. Этот уровень работы называют нейро-физиологическим.

Те, кто не удовлетворяется достигнутыми результатами, хочет быть более эффективным, кто понимает важность личностного роста (духовного развития, если угодно) идёт в своём обучении дальше. К слову, чем выше уровень развития остеопата, тем дороже стоит учёба. Но для тех, кто по-настоящему верен идее остеопатии, идее служения своим пациентам, это не является препятствием. На этом уровне развития врача и человека выходят на первое место понятия нравственности, сострадания, благотворительности, справедливости, душевности.

Врач и человек, не способный к принятию этих понятий (я говорю не об интеллектуальном ограниченном восприятии, а о реальном сенсорном восприятии, когда это так же важно, как дышать), может лгать, изворачиваться, переносить свою ответственность на других, подличать, воровать. Такой специалист не сможет дать хорошего лечения. Почему? Потому что, как вы помните из первой части статьи, мозг не умный, но идеальный исполнитель. Такой горе-специалист не может сделать хорошую работу и привести к здоровью – таков стереотип в его голове – может приносить только разрушение.

Работа над собой тяжела, сопровождается различными потрясениями, словно проверка на качество усвоения уроков. И,

конечно, далеко не все готовы и хотят таких изменений. Человека ведёт по этому Пути потребность Души. И тогда слова, философия превращаются в практику. Это не разговоры о прекрасном, а повседневная, не всегда лёгкая, практика. Следование принципам, о которых говорили выдающиеся доктора. Как говорил доктор Стилл: «следовать законам, не сотворёнными человеческими руками». А это означает признавать власть своего Эго (опирающегося на пережитый опыт и внутренние травмы) и уметь принимать это, трансформировать в созидательную силу.

Врач, занимающийся саморазвитием, открывает для себя новые измерения жизни и развития. Появляется способность к более тонкому восприятию, в том числе и более глубоких ритмов, начиная с ритма длинной волны в 90–100 секунд. Таким образом, специалист учится чувствовать то, о чём говорили доктор Стилл и Сазерленд как о «Дыхании Жизни». Работа на таком уровне способна приносить удивительные плоды, где устранение боли и нормализация анализов лишь малая часть, но меняется сама жизнь: открывается радость Жизни, развиваются отношения в паре, детки открывают в себе таланты, восстанавливаются отношения с родителями, появляется интересная и доходная работа и многое другое.

По достижении такого уровня мастерства становится понятным, что на самом деле техник не существует, имеет значение только знание и понимание принципов, воплощение их на практике. Как и учил доктор Стилл. И тогда врач работает не с симптомом, и даже не с физиологией, а с проявлениями самой Жизни. И тогда жизнь меняется, как подопечного, так и самого остеопата. Такой уровень работы называется биодинамическим.

Резюмируя, можно сказать, что работа врача-osteопата простая: необходимо выявить и устранить напряжения в теле. Освобождение

органов, сосудов и нервов приводит к восстановлению кровообращения и обменных процессов, перестройке организма, спокойному состоянию психики. Это необходимые условия для выздоровления.

От мастерства остеопата зависит мощность и длительность восстановительных реакций в теле. По мере роста мастерства врача работа требует всё большей концентрации внимания. Поэтому начинающие остеопаты могут тратить большое количество времени на сеанс с выполнением огромного количества техник едва ли не на каждую часть тела. Это приводит к избыточной нагрузке на организм, замедлению восстановительных реакций. Поэтому необходим частый приём. Приём мастера может занимать несколько минут и запускает целый каскад восстановительных реакций, продолжающихся месяцами. Обычно такой сеанс сопровождается ощущениями расслабления, спокойствия, исчезновением боли. Мастера высочайшей квалификации, способные к мощной волевой концентрации внимания и широкому спектру восприятия ощущений, способны лечить, даже не прикасаясь к физическому телу. Как выбрать остеопата? Этому посвящена целая статья (см. статью «как выбрать остеопата»).

Некоторым людям непонятно от чего должна меняться жизнь, хотя их приводит к врачу-osteопату всего лишь боль в коленке или повышение уровня холестерина в крови. Если помнить о нейрофизиологической цепочке СТРЕСС-МОЗГ-ФИЗИОЛОГИЯ-СИМПТОМ, то всё встаёт на свои места.

Некоторые люди любят умничать, интеллектуально муссируя различные гипотезы, порой даже приводя некие научные доводы. Это пустопорожние разговоры, не имеющие отношения к реальной жизни. Я предлагаю «примерить рубашечку на себя», то есть на свои ощущения. Тот, кто имел опыт ношения тесных туфель или ходил

с камушком в обуви, помнит к каким страданиям это приводит (или что-нибудь подобное из вашего личного пережитого опыта). Тогда можно вспомнить какое настроение было, как воспринимались люди, дела. Когда удаётся снять туфли, убрать камушек из обуви... Помните это ощущение? Ну и как настроение? Даже сейчас, когда вы вспоминаете об этом... Каким становится окружающий мир?

Поэтому остеопаты способны помогать при широчайшем спектре проблем физического и психологического характера. Сформирован список показаний и противопоказаний (абсолютных и относительных) для остеопатического лечения, как и для любой врачебной манипуляции. Это необходимая защита пациентов от недостаточной квалификации специалиста. Для квалифицированного врача-остеопата существует одно противопоказание: отсутствие желания выздороветь у пациента.

При действительно глубокой работе мы можем встречать такие истории: привели боли в пояснице на сеанс — наладились отношения с мамой, с которой раньше невозможно было провести и недели без ругани, а теперь прошли 3 недели в гостях и не хотелось расставаться; бесплодие и невозможно найти работу в течение 11 мес — через неделю после сеанса найдена подходящая работа, а за неделю до второго сеанса — ещё одно, более привлекательное, предложение; после сеанса — рождение бизнес-идеи и воплощение в жизнь; негативные реакции ребёнка на всё окружающее и желание умереть — открытие художественного таланта; рак языка у мужчины (желание избежать конфликта и замалчивание — начало с 7-месячного возраста внутриутробного развития после конфликта матери со свекровью) — разрушение опухоли с выходом на более высокие нравственные ориентиры: «хочу больше заботиться о жене»; закрытие открытого аортального протока (порок сердца) у двух мальчиков без операции; боль в крестце — после сеанса исчезновение боли и снижение тяги

к алкоголю; и многие другие удивительные случаи, описать которые просто не хватает времени.

В течение обучения полностью меняется мышление врача, его сознательность. Чем глубже врач погружается в ощущения, то есть чем глубже погружение в реальность, тем большая ценность пациента раскрывается. И приходит понимание не маленьким умом, но ощущаются большим разумом слова доктора Стилла: я люблю своих пациентов, в их лицах и телах я вижу присутствие Бога. И тогда врач понимает свою скромную роль в жизни и выздоровлении пациента. Поэтому врачи-остеопаты твёрдо стоят на ногах (опираясь на знания), а их голова – среди звёзд (исследуя мир через ощущения).

Соответственно, по мастерству и оплата. Некоторые люди считают, что оплата повышается от жадности. Мы уже с вами люди грамотные и помним, что мозг не умный... То есть – другие меряют по себе. «Примеряем рубашечку на себя»: вы растёте в профессии, уже вместо учёта табеля зарплаты можете составить годовой баланс предприятия, то и оплата вашего труда по мере объёма работы (в том числе и интеллектуального) возрастает. Если вы способны рассчитать стратегию развития предприятия, то уровень ваших затрат (интеллектуальных, эмоциональных, энергетических) возрастает. Если не соблюдать баланс брать – давать, то будет развитие зависимых отношений. Такие отношения приводят к недовольству друг другом и разрушительным последствиям для обеих сторон: одни считают, что им должны, другие – не могут избавиться от зависимости. Кроме того, когда вы умеете делать планирование стратегии предприятия, захотите ли вы заниматься уборкой офиса или расчётом зарплатных табелей, кроме как при необходимости?

Нередко задают и такой вопрос: сколько сеансов, как определить квалификацию остеопата, насколько хватит лечения и когда повторять? Часть вопросов освещена в статье «Как выбрать остеопата». Можно ли вылечить один раз и навсегда? Сама постановка вопроса для людей мыслящих даёт ответ.

Освобождение напряжений легко проверить по ощущениям и двигательным тестам. Если вы расслаблены, части тела стали подвижными, то это залог свободного кровотока и обменных процессов, свободной работы нервов, нервная система спокойно управляет обменными процессами. То есть условия для восстановления созданы. Далее вам решать как будут идти дела: если вы решаете продолжать нервничать, то вновь будут появляться напряжения; если вам нравится спокойное состояние и вы хотите в нём оставаться, тогда жизнь автоматически будет меняться. Решение за вами!

Можно ли разом освободить все напряжения разом? Учитывайте, что каждое напряжение связано с конкретным стрессом. И сколько напряжений внутри накопилось, сколько стрессов хранится в памяти? От скольких стрессов вы готовы освободиться? Вы понимаете, что жизнь изменится?.. Вы хотите, чтобы ваша жизнь изменилась? И насколько резких изменений вы хотите? Решение за вами!

Для того, чтобы быть здоровым, нужно этому учиться. Вы ведь помните, что мозг не умный, но идеальный исполнитель. Как учиться? Далее расскажу.

Необходимо упомянуть ещё и о том, что организм единое целое не только внутри себя (мы с вами уже знаем принцип, что тело единое целое), но и в окружающем мире. Это никак не могут усвоить те, кто привык заниматься «расчленёнкой»: этот лечит печень, этот

лечит нервы, этот суставы. Причём под видом наукообразия. Одним из наиболее известных методов, раскрывающих связь организма с окружающей средой, является традиционная китайская медицина (ТКМ).

ТКМ даёт понимание, что организм не просто набор тканей, но сложноорганизованная система, в том числе с энергетической составляющей. Эта система такая же часть окружающего мира, как печень — часть организма. И подход ТКМ, изучающий взаимодействия организма с окружающим миром тысячелетиями, весьма интересен. Хотя мне встречалась якобы научная статья, опровергающая какую-либо ценность ТКМ — это меня сподвигло на размышления, заставляющие усомниться в правдивости этого научного подхода (см. статью «о традиционной китайской медицине»).

Важно понимать, что ТКМ — огромный систематизированный пласт знаний и умений, основанных на ощущениях. Поэтому в ТКМ так же существует градация мастерства: от большого объёма работы с диагностикой до «отсутствия диагностики» и лечения «одной иглой». Огромную роль в росте мастерства играет умение ощущать каналы и движение в них. И если канал разорван и специалист не может это ощутить, то никакие знания не помогут без восстановления целостности канала.

Однако, в своей практике мы можем встретить такие случаи: мужчина с ощущениями перебоев в сердце. В течение 3 лет весьма регулярного лечения ощущения остаются неизменными. Можно оценить как отсутствие эффекта, если бы не исчезновение деформации желчного пузыря, гемангиомы печени, камней почек и уменьшение кальцинатов селезёнки. Таким образом, мы можем говорить о недостаточной глубине лечения и о наличии неразрешённого стресса, влияющего на работу сердца. То есть

цепочка СТРЕСС-МОЗГ остаётся активной. Тогда наиболее простым способом будет выявить и разрешить конкретный стресс – какой и как знает только сам пациент. Задача специалиста сопроводить пациента на этом пути, используя соответствующие инструменты.

Такие инструменты дают в школе биологического декодирования болезней и институте гуманистического гипноза. Задача такой терапии научить пациента широко смотреть, выходить за рамки привычных стереотипов, вернуться к контакту со своими ощущениями, опираться на свои внутренние силы, уметь использовать стресс как движущую силу для трансформации жизни по своему желанию. То есть пробудиться ото сна прошлого (которого уже не существует), соединиться со своими внутренними силами, вернуться в настоящее (здесь и сейчас), чтобы строить желаемое будущее. Это и есть обучение новому. У самого себя. Как тут не вспомнить буддистов: ты уже Будда, пробудись и осознай! Вы просто осознаёте своё величие... (см. статью «о взаимодействиях»).

В основе любого симптома, физического или психологического, лежит нерешённый конфликт. Как мы с вами помним, мозг не умный, но идеальный исполнитель. Сам симптом выполняет прекрасную роль напоминания нерешённой проблемы.

Повторяющихся однотипных конфликтов, провоцирующих появление симптома, может быть несколько. Необходимо найти первый конфликт – программирующий, чтобы изменить стереотип реакции (психологической или физиологической). Этот конфликт может быть связан с опытом собственной жизни, с внутриутробным опытом, с планами родителей на жизнь ребёнка «проект смысл» (помните, прежде всякого дела существует план?), опытом жизни предков.

Даже осознание конфликта часто приводит к облегчению. Некоторые психотерапевтические подходы называют это лечением. Но это лишь первый шаг – найти место, где человек сам себя запер в «золотой клетке безопасности». Нужно идти дальше и почувствовать какого ресурса не хватает, чтобы выйти из «клетки». Необходимо научиться тому знанию, которое даёт конфликт. Изменить своё старое представление о конфликте (верование), которое ограничивало, на новое, которое даёт свободу. Далее выбрать ту жизнь, которую хочется. Только эти последовательные шаги дают освобождение человеку и позволяют изменить жизнь так, как он этого хочет.

Автоматически Эго терапевта уменьшается, так как роль терапевта скромна: помощник и педагог. Сам же пациент подключён к своим ощущениям, экстрасенсорным ощущениям, интуиции, информационным полям. Пациент самостоятельно решает проблему, а терапевт сопровождает пациента, научая использовать своё сознание.

Я считаю, что стоит упомянуть ещё метод системных расстановок по Хеллингеру. Берт Хеллингер, будучи человеком образованным и наблюдательным, выявил несколько закономерностей. Эти закономерности он назвал Порядки Любви. Хеллингер полагает, что неприятности, встречающиеся в нашей жизни, являются повторением нерешённых проблем предков и требуют внимания. Помня о том, что мозг не умный, в этом есть здоровое зерно. Значит, мы где-то уже встречали это страдание и уже знаем об этом. Действительно, практика показывает, что работа с грамотным расстановщиком приводит к выявлению проблемы и её разрешению. Этот метод подходит для решения физических и эмоциональных проблем, отношений в паре, отношений с детьми, отношений с родителями, поиск бизнес-решений.

Теперь, зная всё вышесказанное, легко определить стратегию лечения. В неотложных случаях необходимо предпринимать действия для спасения жизни. Есть замечательные и не очень технологии, помогающие в этом трудном деле. Здесь уместно будет сказать слова благодарности врачам и исследователям, которые честно выполняют эту работу, помогают справиться с опасностью, вкладывая свои знания, сердце и душу!

Но для того, чтобы по-настоящему выздороветь нужна глубокая, умная и последовательная работа. Эту работу может сделать только пациент, а специалист может предложить инструменты. В том, чтобы бесконечно употреблять таблетки или прибегать к поддерживающим процедурам, нет ничего умного. А как вы считаете?

Для того, чтобы стать здоровым, нужно изменить свою жизнь! Для того, чтобы жить здоровым, нужно учиться этому новому опыту жизни. Для этого «больной Я» или «несчастный Я» должен умереть, чтобы жил «здоровый и счастливый Я» (см. статью «о концентрации внимания»).

Симптом напоминает, что вы ушли от своей жизни и пора вернуться. Здесь уместно вспомнить Бернарда Шоу: «Люди так боятся сделать шаг навстречу новой жизни, что готовы закрыть глаза на все, что их не устраивает. А это еще страшнее: проснуться однажды и осознать, что рядом все не то, не то, не то...»

Понимая принципы здоровья и принципы лечения, становится понятным, что не существует нерешаемых проблем, существует недостаток квалификации. Врач-osteопат не может отступить – это означает непонимание и неследование принципам здоровья, то есть – находиться под властью Эго. Врач-osteопат не может сказать «это не моё» и «отфутболить». Врач может признать границы своей компетентности и порекомендовать специалиста более высокого

уровня. Как говорил доктор Стилл: «DO – это не Доктор Остеопатии, это означает Dig On – копай дальше.»

Поэтому настоящий специалист всегда находится в поиске, всегда в обучении до тех пор, когда становится просветлённым. То есть успокоить свой глупый ум и эго, уметь воспринимать всеми органами чувств информацию напрямую из Мира (от Бога, Прилива, Природы или как угодно). Такой специалист способен зреть в корень проблемы и исцеление становится мгновенным.

Настоящая работа, настоящее исцеление происходят не тогда, когда уходит боль или приходят в норму анализы. Это лишь восстановление равновесия в организме (гомеостаза). Настоящая работа находится дальше – избавление от умственных напряжений-иллюзий, поход за ресурсами, восстановление естественной гармонии, которую можно ощутить через восстановление естественной ритмической подвижности организма.

Результат такого лечения очевиден: когда человек попадает в те же обстоятельства, которые раньше вызывали головную боль (или любой другой симптом), а теперь – легко и улыбка, тогда мы говорим об исцелении. Вот результат настоящей работы!

Таким образом, остеопатическое лечение и/или декодаж (по фр. расшифровка) – это путешествие в свои ощущения за личной Силой. Эта Сила – ваши дары, таланты, компетенции, накопленные родом и данные «не человеческими руками». Эта Сила позволит вам трансформировать вашу жизнь так, как вы захотите.

И в заключение хочу сказать, что некоторые люди, может быть даже врачи, скажут: много букв, ничего не понятно, философия. И в чём-то я даже соглашусь, так как многие аспекты можно ещё раскрывать, делать подробнее, приводить метафоры – но это уже

не формат статьи. Но как специалист я знаю: когда хочется решить проблему, когда надоело интеллектуально мусолить, тогда есть желание выполнять конкретную, ясную и последовательную работу над изменением своей жизни. Вот тогда мы работаем вместе! Иначе мы можем встречать ситуации подобно тому, как человек проходит мимо огромной вывески и не видит её, ибо разум спит, погружённый в миллионы мыслей.

И когда принято решение, начинает работать Душа, и тогда реальность превосходит ожидания! Помните, что есть только один человек, который проживает вашу жизнь – это вы!

Можете ли вы сделать всё самостоятельно? Разумеется. Я вижу от специалистов одну пользу – экономия времени.

PS: иногда меня спрашивают «Как ты не боишься делиться информацией?» Ничего страшного. Нет ничего секретного. Любой, кто имеет опыт групповых системных расстановок по методу Хеллингера, расширения сознания (например, медитация), знает, что информация повсюду. Любой желающий может принимать эту информацию. Ничего не утаишь. Чтобы принимать эту информацию, нужна смелость взглянуть на себя по-новому. Я прошёл определённый путь. Любой может пройти по этому пути, а я пойду дальше. Есть удивительная приятность общаться с человеком, который тебя понимает. Поэтому я обожаю общаться с единомышленниками. И чем больше их становится, тем светлее Мир.

ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ОРГАНИЗМ

Лекарства, антибиотики, гомеопатия и энерго-информационные воздействия.

Когда вопросы повторяются часто, я решаю: нужно по этому поводу написать статью и расставить всё по полочкам. И вы увидите, что всё вы знали...

Вначале я предлагаю рассмотреть: что такое биологическая реакция? Кто ей управляет? И что такое биологический ответ?

Любому, кто знаком со школьной биологией, очевидно, что всеми реакциями в теле управляет головной мозг. Если на мозг действует стрессовый раздражитель, не имеет значения виртуальный или реальный, то мозг даёт команды телу для того, чтобы к этому стрессу приспособиться. В биологии есть только одна программа: выжить. Это очевидно, не правда ли?

ЛЕКАРСТВА

Рассмотрим, что такое лекарство и для чего они нужны? Образно я рассказываю, что лекарство — это некий командир, который попадая в тело, даёт команду: «будем работать следующим образом!» Но кто будет работать? За счёт каких ресурсов? Становится очевидным, что работать должны все системы, вместе с головным мозгом. И за счёт своих собственных ресурсов. Хорошо, если хватает ресурсов для адаптации...

Часто мы можем слышать такие истории: у меня где-то что-то заболело, я попил какие-то лекарства или поделал какие-то уколы, и стало легче; через полгода или даже через пять лет опять повторилось, провёл курс лечения и опять стало лучше; прошёл год и пришлось повторять; а ещё через полгода я ел в два раза больше таблеток, но уже плохо помогало. Очевидно, что проблема не решена? Следовательно, производить такое лечение, не разобравшись с причиной, мне представляется недалёковидным занятием. Согласны?

Конечно, когда высокое артериальное давление, то необходимо что-то срочно предпринять для того, чтобы сохранить жизнь организму. Лечение будет очевидным. Впрочем, для специалистов холистической (целостной) медицины не таким уж очевидным – они занимаются всесторонним исследованием здоровья. Например, предложение потреблять лекарства, контролирующие артериальное давление, всю оставшуюся жизнь – интересный подход. Но давайте попробуем разобраться...

Совершенно ясно, что повышение давления в артериальной системе есть следствие того, что кровь куда-то плохо поступает. Соответственно, в эту проблемную зону нужно доставить необходимые вещества и повышается давление в системе. Это же понятно любому! Подавлять реакцию на повышение артериального давления, значит обречь проблемную зону на продолжающийся дефицит (ишемию), а, стало быть, вызывать ещё более сильную реакцию. Удивительным ли будет практический «выхлоп» в виде скачков артериального давления (гипертонических кризов)?

Другой пример: при аутоиммунных агрессиях собственная иммунная система (под контролем нервной системы!) разрушает клетки своего организма: аллергия, рассеянный склероз, витилиго, гломерулонефрит и другие. Назначается тяжёлое длительное лечение, зачастую с обострениями. Не разобравшись, почему иммунная система начала атаковать собственные клетки, такое лечение становится малоэффективным. Вы тоже так считаете? В то время как мы с вами знаем, что эту программу запустил головной мозг в ответ на какой-то стресс. Так не проще ли разобраться с причинно-следственной связью, о которой знает только сам пациент? Не проще ли успокоить работу нервной системы? Освободить напряжения в теле, которые раздражают нервную

систему? Обеспечить нормальный кровоток и нормальные обменные процессы? Мне кажется, ответ очевидный...

АНТИБИОТИКОТЕРАПИЯ

Существуют как сторонники этой терапии, так и те, кто против такого лечения. Мы же с вами попробуем разобраться в деталях.

Считается, что антибиотики убивают микробов и, благодаря этому, мы выздоравливаем. А если задуматься?..

Разве они действуют на один вид микробов? Или же мы знаем на какие микробы в проблемном месте антибиотик должен воздействовать? Может быть в антибиотиках есть специальная система доставки в конкретную проблемную зону, чтобы воздействовать там? На каждый вопрос очевидный ответ: нет! Более того, тот, кто изучал патологическую анатомию и знаком с процессами альтерации, экссудации и пролиферации, помнит процесс «ограничительный воспалительный вал». Этот вал затрудняет взаимодействие с зоной воспаления.

А если мы с вами вспомним, что в нашем теле пятьдесят триллионов клеток? Это довольно много, правда? То микробов в десять раз больше! И тут же встаёт вопрос: так на что же воздействуют антибиотики?

Единственный правдоподобный ответ я услышал от специалистов по традиционной китайской медицине: они объясняют, что антибиотики обладают энергетически охлаждающим действием. Это способствует уменьшению отёка мозга (ведь он тоже реагирует на раздражение), он начинает более эффективно функционировать и воспаление уходит. И тогда перестают удивлять такие методы лечения, как лечение боли в спине при помощи

антибактериальной терапии. Ведь именно этому исследованию была посвящена целая докторская диссертация!

И тогда становится понятным, что при критической ситуации, угрожающей жизни, антибактериальная терапия необходима! Особенно, если у вас нет возможности попасть к остеопату, который освободит кровоток, успокоит нервную систему, вернёт природную ритмичную подвижность системе, то есть создаст условия для нормальных обменных процессов и устранения воспаления. А при каждом чихе употреблять антибиотики становится очевидной глупостью.

Про роль микробов уже написано в «принципах здоровья», а далее напишу почему воспаление – это хорошо...

ГОМЕОПАТИЯ

Мне часто задают вопрос, как вы относитесь к гомеопатии? Я отвечаю так. Когда-то доктора Роллина Беккера (очень известного остеопата) спросили:

- Доктор Беккер, как Вы относитесь к гомеопатии?
- Я считаю, что это лучшее лекарство в США.
- Вы рекомендуете её своим пациентам?
- Нет, я же остеопат, я работаю с жизненными силами.

В своей практике я несколько раз встречался с результатами гомеопатического лечения, которые можно назвать чудесными. Поэтому я хорошо отношусь к идее сочетания гомеопатии и остеопатии.

В гомеопатии есть разные типы лечения. При одном типе лечения врач-гомеопат может порекомендовать пациенту съесть

шесть горошин в день и заходить на контроль раз в неделю. Есть специалисты, которые назначают одну горошину в день, с визитом раз в месяц. А есть и такие, которые предлагают горошины с настолько низким разведением концентрации вещества, что иначе как «фикцией» это не назовёшь. При этом доктор может сказать: вот эту горошину съешь сейчас, при мне, на контроль приходи через шесть месяцев.

Всё это напоминает остеопатическое лечение. Начинающие врачи остеопаты проводят лечение один-два раза в неделю. По мере роста мастерства, роста чувствительности врача-osteопата, его работа становится более глубокой, с более глубинными перестройками, и он может приглашать пациента уже раз в две недели, раз в месяц. Остеопаты высокого уровня могут проводить лечение один раз в год.

Так почему же так происходит?

ЭНЕРГО-ИНФОРМАЦИОННЫЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Те, кто видел научно-популярные фильмы «о свойствах воды», имеют представления об энерго-информационном воздействии. Становится понятным, что волхвы, занимавшиеся толчением воды в ступе и писавшие вилами по воде, занимались очень важным занятием. Хотя сегодня эти выражения стали нарицательным выражением «бездельничанья». Вода, изменяя свои физико-химические свойства, несёт в себе информационную нагрузку и способна творить чудеса. Помня о таких изменениях, помня об открытиях, которые нам даёт квантовая физика, объясняя то, что раньше казалось невероятным, необъяснимым, и вообще выпадало из понимания картины мира, мы понимаем многие эффекты. Тот, кто видел документальный фильм «Зов бездны», мог воочию наблюдать удивительные феномены, увидеть тех, на кого было оказано информационное воздействие.

Теперь становится понятным, почему у двух докторов, которые внешне выполняют одни и те же манипуляции, могут быть совершенно различные эффекты. Так же становится понятным, почему у двух пациентов с одинаковыми диагнозами, могут быть совершенно разные эффекты от лечения. Например, почему у одного пациента камни в желчном пузыре растворяются за один месяц, а у другого за год камень не меняется.

Важно знать не только то, что делают, но и кто это делает, какое внутреннее содержание специалиста. Как говорил, М. М. Жванецкий: «давайте не только слушать, что нам говорят, но и смотреть, кто нам

это говорит». После приёма специалиста вы должны ощущать расслабление, спокойствие, радость, жизнь становится интересней. Если это не так, то повод задуматься... Согласны? Конечно, потом могут возникнуть и сонливость, и ощущение усталости, и воспаления в разных местах – это признаки начавшейся перестройки в системе, требующей энергозатрат. Чем больше открыт человек, чем больше его внутренний рост, тем легче и быстрее происходит выздоровление.

Некоторые, пользуясь определёнными знаниями, могут оказывать воздействия, после которых у вас может возникнуть потребность в посещении такого специалиста множество раз, без особой потребности. Вашей, личной, потребности. Это называют привязкой. Этим пользуются недолюди без совести и ума, ибо не чувствуют и не понимают, что расплата грядёт, в том числе и в поколениях. Обычно, такие ещё пугают разными страшилками: дескать, ни-ни, кругом шарлатаны, вы без меня умрёте... И ещё... Они ничего не понимают в принципах здоровья. Ибо внутри не свободны, но полны страхов.

Работа с такими воздействиями невозможна без духовного роста. Специалист, как и при любой другой проблеме, вас только сопровождает, используя свои знания и опыт.

ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ. ИЛИ ИСЦЕЛЕНИЕ?

Сам процесс выздоровления, это довольно простое дело – он должен происходить быстро и легко. И тогда становится понятными слова доктора Джеймса Желоса, врача-osteопата, который говорил, что «отношения остеопата и пациента – это отношения приятелей», потому что мы вместе идём по пути личностного развития. Но по порядку... Чтоб больше никто не мог вас запутать в этом простом деле. Понимание принципов, так сказать...

В биологии есть понятие «устойчивость неравновесной системы». Достаточно вспомнить школьную физику с опытом: если поставить на вибрирующую платформу маятник утяжелителем вверх, то он устойчиво стоит, даже если его толкнуть. В биологии тот же принцип: если система движется, живёт, в ней свободно протекают обменные процессы, то она устойчива. Заблокируйте какой-нибудь канал, система выйдет из устойчивого состояния и когда-нибудь рухнет. Тот же принцип действует на скопление клеток. Например, печень: если нарушится приток артериальной крови, или/и отток венозной крови, или/и лимфатической жидкости, или/и желчи, то система выйдет из равновесия и когда-нибудь рухнет. То же справедливо в отношении организма целиком. Или города. Или страны. В это время система даёт знать о себе различными симптомами. Некоторые могут почувствовать повреждения на мелком уровне и предпринимают усилия, чтобы восстановить системы. А некоторые дожидаются, когда произойдёт острая хирургическая катастрофа. И то, не для всех явится уроком!

Соответственно, только когда будет восстановлена подвижность системы, только тогда мы можем ожидать восстановительных процессов как на уровне клетки, так и на уровне всего организма, так и на уровне организма в мире. Или вы можете себе представить отдельно живущую клетку? Может быть отдельную систему? Может быть, пищеварительную? Или нервную? Или человека вне окружающей жизни?

Становится ли очевидным, что для выздоровления необходимо работать со всей нейрофизиологической цепью СТРЕСС-МОЗГ-ФИЗИОЛОГИЯ-СИМПТОМ? Или вы предпочтёте воздействовать на симптом? Или дёргать физиологию, изменяя биохимию или удаляя заболевшую часть? Заболел зуб – съел таблетку – перестал болеть. Вас устраивает такое лечение? Или вы пойдёте

к стоматологу? А если стоматолог расскажет вам о кровоснабжении из системы наружной сонной артерии, роли тройничного нерва? Вам становится понятным, что иннервация и питание зуба нарушились и появился симптом. А что же с этим делать? Понятно, что нужен специалист, который сможет проверить подвижность и освободить требуемые структуры? Например, это может сделать остеопат. А что делать с раздражённой нервной системой? Здесь может помочь остеопат высокой квалификации. С пусковым стрессом? Специалист, разбирающийся в нейрофизиологии, способный выявлять программирующий (первоначальный) стресс и работать с ним. Этому учат в различных школах: например, биологическое декодирование болезней, гуманистический гипноз, системные расстановки, интуитивная терапия. Задача: проснуться. Ибо стресс как кошмар, который продолжает и продолжает сниться, нарушая естественное течение жизни, заставляя переживать на интеллектуальном, эмоциональном и телесном уровне. Выход знаете только вы! Это ваш «сон»! Просто вы забыли об этом. И специалист помогает проснуться, вернуться в исходную точку, соединится с собой, настоящим, вернуться в настоящий момент, чтобы открывать новую, свободную жизнь!

Таким образом, симптом (физический или психологический) является прекрасным явлением! Он позволяет вспомнить то, что когда-то забыли. И изменить жизнь так, как вы этого хотите!

Специалист, способный взять во внимание все звенья цепи СТРЕСС-МОЗГ-ФИЗИОЛОГИЯ-СИМПТОМ, помогает собрать все части в целое, то есть исцелиться. Тогда такой специалист становится целителем. В этом, и только, заключается ценность целителя: наличие знаний и умений для помощи вам.

НИКТО КРОМЕ ВАС... ПОЧЕМУ?

Ваше величие...

Вы задумывались когда-нибудь о своём величии? По-настоящему, глубоко внутри?..

Вы помните, что вы совершенно уникальный неповторимый человек? Другого такого больше нет и не будет... С уникальными родителями, которые настолько любят друг друга, что зажгли искру вашей жизни и позволили вам родиться... Кстати, вы умудрились опередить примерно 150–200 миллионов конкурентов. И являетесь в этом мире победителем уже по праву рождения. И это ещё не всё...

Проведите эксперимент. Закройте глаза, чтобы хорошенько видеть. Почувствуйте под собой опору. Почувствуйте своё дыхание. А теперь посмотрите на реку, потрогайте её. Что вы ощущаете? А теперь под облака. Как дышится? А теперь в другой город. Или другую местность. Что видите, что ощущаете? А теперь вспомните приятное событие: где вы находитесь, что видите перед собой, справа, слева, сколько вам лет, что ощущаете внутри себя, эмоция? А теперь вспомните неприятное событие: где вы, что видите, какие детали замечаете, телесные ощущения, эмоции? А если войти в звезду на окраине вселенной? А теперь перенеситесь на миллион лет назад: что видите, потрогайте, что это за ощущение, что вы чувствуете внутри, эмоции? А теперь перенеситесь в будущее: что вы видите, какие краски, какие ощущение в теле, эмоции? И где ощущения реальней? Если вы делали добросовестно, то трудно сказать в каком времени или пространстве ярче ощущения. А теперь впустите все ощущения одновременно.

А теперь скажите: когда вы такой великий, неповторимый, многопространственный, многовременной, разве может кто-нибудь, хоть сколько великий и волшебный, по-настоящему управлять вашей жизнью без вашего же позволения?

Теперь понятна роль терапевта в вашей жизни и лечении? Самый прекраснейший специалист может лишь сопровождать вас на пути к себе, опираясь на свои знания и умения, ощущения и интуицию. Впрочем, это интересно лишь тем, кто занят собственным развитием...

СОБСТВЕННЫЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ

Почему это так важно? Только так вы можете быть уверены в здравомыслии: когда совпадает опыт предков, опыт специалиста, опыт вашей собственной жизни. Если что-то из этого выпадает, ищите причину.

Вот для примера... Джоконда. Почему она так привлекает людей? Почему столетиями люди пытаются разгадать эту загадку? Когда вы смотрите на неё, что ощущаете? А теперь расслабьте лицо, часть за частью, лоб, глаза, губы, щёки, подбородок, жевательные мышцы, шею, голову... А теперь сделайте фото. Ну как? Узнаёте черты лица, слегка приподнятые уголки губ? Вот и вся тайна: изображённая рукой мастера гармония. И никакого сверхумничанья. Ощущения и размышления.

БОЛЬ В ШЕЕ ИЛИ РАЗМЫШЛЕНИЯ О БОЛЕЗНИ И ЗДОРОВЬЕ. МИФЫ И РЕАЛИИ

Кроме пути к Любви,
другого пути к выздоровлению нет...

На примере боли в шее можно рассмотреть ряд стереотипных мифов. Можно сделать статью короткой со ссылками на научные исследования (ко многим из них можно приставить слово «якобы»). Я предлагаю не верить «на слово», а начать самостоятельно размышлять, наблюдая за известными моментами...

Это из-за остеохондроза! – типичное заблуждение. Наличие остеохондроза не объясняет наличие боли! Остеохондроз – естественное инволютивное изменение тканей с возрастом и происходит незаметно!

Если понаблюдать и подумать... Делаем рентгеновские снимки шейного отдела (или другого отдела), рентгенолог добросовестно описывает признаки остеохондроза, лечащий врач потирает руки «я же говорил!». Но... Проводим лечение (любое!) и боли нет. Что, на рентгенограмме будут изменения? Нет, как были признаки остеохондроза (а также протрузии и грыжи межпозвонковых дисков), так и остались. А боли нет... Подробнее в статье проф. Жаркова П. Л. «Грыжи межпозвонковых дисков» <http://www.osteopat-nn.ru/>

Как говорил И. П. Павлов (известный учёный, физиолог): «боль – сторожевой пёс здоровья». Наличие боли свидетельствует о повреждении структуры! И необходимо выяснить причину конфликта! А не бросаться на вытяжки, обезболивающие, противовоспалительные и прочие манипуляции... Типа, поел таблеток, поделал инъекции – боль исчезла и всё в ажуре...

АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ НЮАНСЫ, О КОТОРЫХ, ПОХОЖЕ, МАЛО КТО ЗАДУМЫВАЕТСЯ!

Межпозвоночный диск (МПД – и уж никак не межпозвоночный диск!) способен выдерживать колоссальные нагрузки! Например, в поясничном отделе МПД выдерживают нагрузку до 2800 кг, на уровне Th12 (12 грудного позвонка) до 2100 кг. Следовательно, имеет смысл задаться вопросом: что приводит к компрессии диска, откуда такие мощные силы? Блеянье о нарушении питания диска и его дегенерации с вытекающими последствиями в виде симптомов – типичная подмена понятий. Есть причина нарушения питания (!) – то есть мы опять говорим о местной компрессии (сдавливании) региона МПД и, как следствие, нарушение локального метаболизма со всеми вытекающими.

Наверное, многие видели красивые картинки с выпячиванием МПД, сдавливающим нерв. Это отлично срабатывает для тех, кто не знает живую (нативную) анатомию! Незнаек можно «водить за нос» и хорошо подзаработать на какой-нибудь новомодной методе, особенно на «научно-доказательной» базе. Вспомнился Буратино и поле дураков... Потом новую методу взять... И так бесконечно. В то время, как анатомия и принципы выздоровления остаются прежними.

Достаточно посмотреть на рисованные картинки анатомических атласов, а лучше – нативных атласов: сосудисто-нервный пучок (СНП), идущий от спинного мозга, сверху защищён костной дужкой позвонка, а снизу диск находится под костным телом позвонка. Тот, кто бывал в прозекторской, мог воочию наблюдать анатомические взаимоотношения. Поэтому анатомической возможности для компрессии нерва протрузией МПД, как и грыжей, нет! А так же если вспомнить соотношение СНП и пространства межпозвонкового отверстия 1:7, то понятно, что места для мобильности СНП более чем достаточно.

В разговоре о корешках и корешковом синдроме достаточно помнить: двигательные и чувствительные корешки, выходящие из спинного мозга, а также симпатические волокна на соответствующих уровнях, сливаются в единый нерв в спинно-мозговом канале в пределах твёрдой мозговой оболочки. Поэтому отдельный корешок в межпозвонковом (фораминальном) отверстии ущемиться не может. Если предположить вероятность ущемления нерва, то мы должны получать в виде симптома не только боль, но и нарушение двигательной активности, чувствительности, а также симпаталгии – весьма неприятные боли, усиливающиеся к вечеру, слабо купируемые анальгетиками и противовоспалительными препаратами (но успешно при душевной (правильно построенной) беседе, часто о чувстве вины). Неврологи могут рассказать, насколько редко такой симптомокомплекс встречается.

ДИАГНОСТИКА

Лечение будет определяться диагностикой. В диагностике есть 3 ключевых слова: локально, регионарно, глобально.

Будет ли врача интересовать место боли, состояние окружающих тканей и локальное кровообращение? Риторический вопрос...

Будут ли интересовать врача анатомические взаимоотношения в регионе? Не такой уж риторический вопрос... такого вряд ли.

Про оценку глобальности можно долго говорить... Это пациенту может быть непонятно: для чего нужна оценка длины ног или почему у женщин часто причиной боли в шее являются проблемы «по-женски», или почему врач интересуется пневмонией 10-летней давности (влияние шварт в плевральной полости на постануру) и многое другое... А уж как нам может помочь постурология в диагностике и лечении может знать только специалист.

Для успешной диагностики и лечения необходимо помнить о нейрофизиологической цепочке СТРЕСС-МОЗГ-ФИЗИОЛОГИЯ-СИМПТОМ. Тогда становится понятным, что случайности не случайны, а лишь пока непознанная закономерность. И работать необходимо с каждым звеном цепочки.

СТРАТЕГИЯ ЛЕЧЕНИЯ

Выводы диагностики приведут к стратегии и тактике лечения. Следовательно, лечение будет направлено на те же три аспекта: глобальные изменения, регионарные и локальные. В первую очередь – на изменение глобальности. Без изменения стереотипа биомеханики и нейрофизиологии, восстановления естественной ритмичной подвижности тканей и жидкостей (обеспечивающих восстановление микроциркуляция и обменных процессов) ожидать выздоровления невозможно! Это понятно любому здравомыслящему человеку. Если глобальность осталась без изменений, можно бесконечно ожидать выздоровления, используя различные методики...

Соответственно, в прицеле лечения – восстановление ведущей патологии, а до шеи вовсе может не дойти дело. Поэтому локальное

лечение безуспешно, приводит к хронизации процесса.

ЧЕМ ГРОЗИТ НЕДОЛЕЧЕНИЕ?

Чем дольше существует нарушение, тем больше деструкция в системе, тем дольше лечить. Это очевидно. Тот, кто почитывал патологическую анатомию, мог запомнить три слова: альтерация, экссудация, пролиферация.

Вслед за повреждением (альтерацией) идут процессы восстановления. Организм не будет бесконечно ждать, когда ему помогут. Даже если не сопоставить отломки костей после перелома, они всё равно срастутся. Вопрос в том, устроит ли вас результат?

И это только часть проблемы. Место перегрузки (повреждения) требует восстановления. Поэтому в эту зону поступают питательные вещества с жидкостями (экссудация), формируется отёк. Пока есть возможность компенсации в организме, процесс протекает незаметно. Если происходит срыв компенсации, образуется застой, увеличение отёка, усиление боли. Что, обычно, заставляет людей заботиться о себе. И может показаться разумным оказание внимания месту, где болит – часто это является ошибочной стратегией. Почему?

ПРИНЦИПЫ ЗДОРОВЬЯ

Необходимо помнить принципы здоровья и ответ становится очевидным (статьи «принципы здоровья» и «принципы лечения»). Когда мы помним, что тело является единым целым, то пытаться лечить в нём отдельную шею – очевидно глупое и безперспективное занятие. Если помним, что тело саморегулирующаяся и самовосстанавливающаяся система, то очевидно, что

к выздоровлению приводят ни чудо-таблетки, ни волшебные манипуляции, а восстановление естественной работы организма. Что же необходимо для естественной работы организма? То, что доктор Стилл называл «правило артерии»: там, где есть приток артериальной крови и отток в венозную и лимфатическую систему, места для болезни не остаётся.

Кому интересно погрузиться глубже в физиологию, может, например, ознакомиться с исследованиями крови Гончаренко А. И. и получить «взрыв мозга» – современная фундаментальная наука даёт удивительные знания! Можно узнать о роли сосудов Тибезия в сердце, сегментарном строении крови, кавитационных процессах, пульсации крови и пульсации в крови. Или открытие в живом головном мозге лимфатической системы, удаляющей отходы головного мозга – например, нарушение её деятельности приводит к накоплению белка бета-амилоида и болезни Альцгеймера. И есть много других интересных исследований в фундаментальной физиологии, позволяющих с новым пониманием относиться к старым принципам, которые неизменны... Мы же пока вернёмся к принципам по-простому.

ПОЯВЛЕНИЕ БОЛЕЗНИ

Перегруженная зона будет требовать пролиферации – укрепления и разрастания клеток, начиная с клеток соединительной ткани – склерозирование. Наличие такой зоны в печени – цирроз. Потребность в увеличении мощности печени – опухоли печени. Потребность в увеличении усвоения кислорода приведёт к разрастанию клеток лёгкого – рак. Одновременно – это и стратегия выживания, и начало конца (в смысле, болезни). Зона становится жёсткой, малоподвижной, с нарушением микроциркуляции и усугублением проблемы.

ТАКТИКА ЛЕЧЕНИЯ

Таким образом, тактика лечения становится очевидной.

Исходя из физиологии: необходимо обеспечить восстановление локального кровотока, регионарного кровотока и глобального кровотока, а также обеспечить свободу нервных стволов, регулирующих этот процесс.

Так же необходимо восстановить ритмичную жидкостно-тканевую подвижность, включая подвижность головного и спинного мозга, ориентированную на среднюю линию. Это обеспечивает самостоятельную работу всей системы. Без восстановления ритма – это набор бессмысленных манипуляций.

Исходя из нейрофизиологии: всегда важно помнить о пусковой роли стресса и иметь инструменты для работы с ним.

Вот и всё... Прежде чем перейдём к практике лечения, поговорим о принципиальной разнице подходов.

БОЛЕЗнь – ВРАГ? ИЛИ ДРУГ?

Почему медицина здоровья (холистическая медицина) и аллопатическая медицина никогда не найдут взаимопонимания? Потому что принципиально разный подход к человеку и его проблеме.

Для вторых болезнь – это враг, которого нужно победить всеми силами. Пациент, который носит в себе врага, потенциальный враг: или он перебежит на сторону врага, или он должен убивать себя вместе с врагом. Поскольку немногие готовы жертвовать собой ради чьих-то интересов, включая догматы, теории, финансовые интересы,

то картина неутешительная... Врачи сетуют на недисциплинированных пациентов, недостаток финансирования, рост болезней, а пациенты – на неграмотных врачей, высокую стоимость лечения, безрезультативное лечение, ухудшение состояния.

Любому человеку, способному мыслить, очевидно, что при таком подходе по-другому быть не может...

Если мы вспоминаем о научном подходе, который не зависит от теорий, доктрин, чьего-то мировоззрения и жадности, то становится ясным, что физиология и нейрофизиология прямолинейны и целесообразны, отвечают потребностям системы! Здесь нет места случайностям и сбоям, всё направлено на сохранение жизни и личностное развитие – то есть на развитие Любви!

Каждому ли понятно, что на повышение температуры тела организм тратит огромное количество энергии? Всем ли понятно, что система вышла из спокойного энергоэкономичного режима работы? Всем ли очевидно, что эта работа проводится для удовлетворения какой-то потребности? Ясно ли, что этот процесс запускается и контролируется мозгом? Очевидно ли, что здесь будут участвовать все системы, включая систему крови, эндокринную, пищеварительную, выделительную и другие? Понятно ли, что при любом симптоме такая же раскладка реорганизация работы организма с растратой сил?

Стресс рождает раздражение в мозге в силу индивидуального восприятия. Повреждённое мозговое реле отдаёт команду конкретному органу на изменение работы для адаптации к стрессу. Возникает поле повреждения со своей точкой опоры – фулькрумом, вокруг которого начинается выстраиваться нейрофизиология (читай

поведение), физиология и биомеханика. Это работа сил Здоровья!!! Чёткая, последовательная и целесообразная! Безо всяких случайностей!

И тогда становятся понятными слова доктора Стилла: болезнь может найти любой дурак, задача врача – найти Здоровье!

Как только мы понимаем, что любой симптом – это проявление сил Здоровья, то процесс лечения (читай исцеления) становится цепочкой последовательных действий – технологией. И эта цепочка – всегда индивидуальна!

Любому может прийти в голову мысль: мы проживаем множество стрессов, следовательно, множество повреждений в мозге и изменений в физиологии, наложений друг на друга мириады... Теперь понятно, насколько мощна система? Но систему можно перегрузить – и тогда появляются, например, боли в шее. Отсюда же рождается понимание технологии лечения.

ПУСКОВАЯ РОЛЬ СТРЕССА

Встретив спор двух докторов о психосоматике, я был удивлён! Даже в среде специалистов нет чёткого понимания! И это при наличии колоссального объёма информации в 21 веке о фундаментальной физиологии!

Для тех, кто хочет глубоко покопаться в физиологии, может для начала ознакомиться с трудами И. П. Павлова, Г. Селье, П. К. Анохина, Р. Хамера. Для понимания важности момента стресса достаточно очевидных каждому явлений.

Наверняка многие знакомы с подобными опытами: курицу в клетке помещали рядом с лающей собакой в клетке. Внешне –

полная безопасность. В течение короткого времени курица умирала от обширного инфаркта миокарда. Наглядная демонстрация губительного влияния стресса.

Кристиан Флэш: «Человек — неделимая единица. Если мы способны понять, что ни одна клетка человеческого тела не ускользает из-под контроля мозга; если мы способны понять, что нет такой части мозга, которая была бы автономна, которая ускользала бы от контроля сознательной или бессознательной мысли, тогда мы готовы понять, что не существует болезней не психосоматических.»

Тогда цепочка СТРЕСС-МОЗГ-ФИЗИОЛОГИЯ-СИМПТОМ очевидна для каждого.

ПРАКТИКА ЛЕЧЕНИЯ И ФУЛЬКРУМЫ ЗДОРОВЬЯ

Тут должен возникнуть вопрос: в теории всё понятно, а как на практике воплотить? Ответ в теории простой, а вот на практике...

Как же определить, где нужно лечить, где ведущая патология? Ведь инструментальные методы обследования не дают точного ответа. Например, УЗДГ сосудов шеи показывает извитость сосудов, ускорение кровотока, сужение сосудов и другое, но... После обычного лечения — на УЗИ та же картина. А стало легче... Как же лечить по-настоящему?

Да проще простого! Для этого существуют тесты оценки глобальной, регионарной и локальной подвижности. Но... Существуют нюансы, отличающие «босоногих врачей» (как выражаются в Китае) от мастеров. В этом легко разобраться теоретически, но воплотить в практике страшно тяжело, спотыкаясь о своё Эго... Поэтому мы можем увидеть у Мастеров (с десятками лет

опыта) потрясающую работу, приводящую к удивительным выздоровлениям, изменениям генетических состояний, мощнейшей трансформации жизни, которые говорят: я всё ещё учусь, открываю в известном новое, в простом – сложное, в сложности – простоту...

Напряжения в теле может найти любой дурак, задача врача – найти здоровье. Как отличить зоны компенсации, на которых держится биомеханика, от зон декомпенсации?

Наличие зоны декомпенсации легко определить пальпаторно (для «мегакрутых» возможно дистанционно) по наличию ритмичной жидкостно-тканевой подвижности, от которой зависит микроциркуляция.

Возможно, некоторых смутит положение о ритмичности... Это лишь от незнания хронобиологии, незнания как работает биология с течением времени, начиная с миллисекундных ритмов до миллиарднолетних. В то время, как каждому очевидно: движение – это жизнь! Остановка – смерть. Поэтому в живой системе всегда присутствует движение! Это не хаотичное, но строго организованное движение биодинамическими силами! Энергию даёт Любовь, проявление которой мы можем ощутить в виде различных ритмов. То, что гранды остеопатии называют Дыханием Жизни.

Зоны стагнации легко выявляются в виду отсутствующей жидкостно-тканевой ритмичной подвижности. Это фулькрум (точка опоры), относительно которого выстраивается биомеханика и физиология. Раньше эта зона называлась остеопатическим повреждением, ныне – соматической дисфункцией. Функциональное нарушение, которое легко исправляется. Почему?

Что такое фулькрум? Представьте себе колесо, которое крутится вокруг оси. В середине оси – неподвижная точка, вокруг которой всё движется. В этой точке – потенциальная энергия, определяющая движение кинетической энергии. Таким образом, в системе уже есть силы для трансформации. Как однажды фигурально выразился К. В. Шарапов, первый президент РОР (регистратора остеопатов России): в остеопатическое повреждение достаточно плюнуть для трансформации. Это как отклонённый маятник, который стремится вернуться к покою, но его удерживает сила стресса...

Реорганизация фулькрума приводит к реорганизации физиологии, нейрофизиологии, самой жизни! Представляя метафорически: столкнули камушек с горы, он зацепил другие, и уже – лавина изменений!

Исходя из изложенных размышлений, любому очевидно – лечить в зоне компенсации бессмысленно! Но это настолько распространённая технология, что является повседневной, сумасшедшей «нормой»! В то время, как надо использовать мозг и думать почему эта технология неэффективна! Оглянувшись, можно увидеть печальные «плоды» такого подхода...

Чем дольше существует перегрузка, тем больше изменения в структуре тела: перестраивается нервная система, биохимия, кровообращение с сердцем, гормональная система, пищеварительная, соединительная, костная и другие системы. Соответственно, при выздоровлении должна пройти обратная перестройка. Хотя верхушкой видимой части айсберга может быть вполне очевидная боль в шее, обратная реорганизация работы системы и исчезновение симптома могут быть очень длительными. Продолжая образное сравнение: как луковица, с которой снимается слой за слоем. Однако, другого пути к здоровью нет...

Становится понятным откуда растут «корни» эффективности лечения: чем более глубоко проведена работа, тем мощнее восстановительный процесс. Но... Не дайте себя запутать! Это не количество манипуляций!!!

Недавно я работал с пациентом через 2 дня после 3 часов манипуляций другого специалиста!!! Это бред!!! Такая объём работы ложится нагрузкой на нервную систему, систему кровообращения и другие системы, чтобы адаптироваться к новым условиям работы! Удивительно ли было, что при тестах была малая подвижность тканей, а пациент продолжал жаловаться?

Необходимо сделать достаточную работу для восстановления собственной ритмичной жидкостно-тканевой подвижности! Эта работа занимает несколько минут! Например, доктор Стилл вёл приём 3–4 минуты. Однажды доктор Вернер Ван Камп провёл со мной 1.5-минутный сеанс, во время которого держался за стопы, но даже кости ходили ходуном... А для этого нужна глубокая аналитическая работа специалиста, с отлично работающим мозгом, чистой совестью, способным к глубокому выслушиванию и умеющему способствовать реорганизации фулькромов, доверяя Дыханию Жизни и отставляя Эго. И здесь мы упираемся в личность врача...

ЛИЧНОСТЬ ВРАЧА

Чем более глубокое лечение, тем мощнее восстановительные процессы, тем быстрее выздоровление. Это очевидно.

Может показаться, что надо сделать побольше техник для освобождения как можно большего числа фулькромов и дело в шляпе... Но это подход при отсутствии соображения. Почему? Потому что есть наивная вера в чудо-средство, которое поможет:

будь то таблетка, инъекция, методика или манипуляция. Это глупо! Признак недостатка знаний и размышлений, избытка Эго (я всё знаю и умею).

Любому, способному размышлять и умерить своё Эго, очевидно, что организм восстанавливается по своим внутренним законам, которые связаны с законами внешними! О чём говорил доктор Стилл, называя «божественным законом». Поэтому задача мудреца выявить эти законы для себя и научиться выстраивать свою жизнь счастливо!

Чтобы стать автономным, надо учиться – какой бы стороны жизни это ни касалось. Можете ли вы самостоятельно освоить любое дело? Безусловно! Специалист на этом пути может сэкономить изрядное количество времени. Ну и ещё: а хотите ли вы этим заниматься? Или может быть у вас есть дело по душе и вы охотно в этом помогаете другим?.. Тогда вы могли наблюдать как ваши подопечные становятся счастливыми... Это окрыляет, не правда ли?

Роль личности врача в энерго-информационном взаимодействии можно легко заметить. Например, при одинаковом лечении у одного доктора пациенты выздоравливают быстро, у другого – продолжают хворать. Или один назначает простейшее лечение и имеет успех, в то время как другой назначает современнейшее лечение и имеет малый успех.

В остеопатии ещё сложнее. Поскольку врач должен иметь не только интеллектуальную наполненность и широту души, но и ещё иметь смелость отодвинуть это вместе с Эго. Зачем? Чтобы услышать самого дорогого человека – своего пациента с его заботами и хлопотами. Это только малая толика работы. Главное, и самое страшное для личности терапевта, довериться Дыханию Жизни с его интеллектом и целительной Силой! Тогда, как личность, терапевт

исчезает, то есть умирает... Куда как легче изображать из себя умного и выполнять техники...

Помня о том, что мозг не умный, но идеальный исполнитель, выявляется ещё один нюанс: что творится в голове у специалиста, туда он вас и приведёт. Если специалист в стрессе, с сомнительными помыслами, «значками долларов» в глазах, не отягощён знаниями, то куда он вас приведёт?

Специалист должен на собственном примере осознать боль, страх, предательство и прочее, научиться с ними работать, выявлять причинно-следственную связь и использовать как подсказки для счастливой трансформации своей жизни. Для этого специалист должен учиться у лучших учителей. Эти качества необходимы для полноценной работы с пациентом. Хотя бы для того, чтобы пройти через VOID (наполненную пустоту) – где специалист остаётся наедине с собой со своим содержимым и сдаёт (или не сдаёт) экзамен самому себе. За VOID находится «место встречи», где начинают работать целительные силы Прилива (движимые Дыханием Жизни, которое рождается Любовью). Только тогда лечение заключается не в исчезновении симптома, но в изменении жизни пациента.

А вы с кем пойдёте в горы: с тем, кто имеет опыт походов в горы, или с тем, кто об этом имеет теоретическое представление?

И, конечно же, нужно быть готовым к тому, что после лечения специалисту может стать хуже. Это всего лишь закипело внутреннее дерьмецо. Это означает, что пришла пора к ещё более глубокой внутренней работе над собой. Это постоянный, каждодневный труд. Такая работа приводит к пониманию и ощущению, что Мир – глубоко гармоничная система. А следование принципам приводит к здоровью, радости, Любви.

Следовательно, чем глубже личность врача, тем более глубокое лечение он проведёт. Потому что по-другому не может трудиться, дабы не сбивать с таким трудом настроенное мастерство. Впрочем, как и у любого профессионала экстра-класса.

ПРЕДСКАЗАНИЕ БУДУЩЕГО

Предсказание будущего невозможно, ибо творится оно каждое мгновение. Много раз я сталкивался с предсказателями, и много раз видел как они ошибаются.

Продолжая тему здоровья, можно лишь предполагать как быстро будет идти выздоровление, зная физиологию и умея пальпировать силы Здоровья в теле.

Практика же даёт свою коррекцию: однажды в Йошкар-Оле довелось лечить мальчика с пупочной грыжей и отверстием в 5 мм. Объяснил, что нужно 4–6 мес нормального внутрибрюшного давления для восстановления. Приехал в следующий раз через 2 месяца – пупочное отверстие полностью закрылось.

Так же может быть и с болью в шее. Одному достаточно 1 сеанса, он пропадёт на год, потом волею судьбы появится – год прошёл спокойно. А у другого сеанс за сеансом лишь становится легче...

Понимание механики процесса СТРЕСС-МОЗГ-ФИЗИОЛОГИЯ-СИМПТОМ, наличие инструментов для работы с каждым звеном цепочки, рождает чёткую, понятную технологию выздоровления. Где главное действующее лицо – пациент, а специалист – гид и педагог.

У каждого индивидуальный набор стрессов, хранимый в бессознательном (личный опыт жизни, внутриутробный опыт,

проект – смысл родителей перед зачатием, опыт предков). А потому технология лечения и выздоровления может быть только индивидуальной! Потому один может быстро восстанавливаться после тяжёлых повреждений, а другой – с пустячным симптомом может подолгу заниматься.

ВОЗМОЖНОСТИ ОРГАНИЗМА

На сайте в странице « из практики» кое-что описано. Есть ещё много чего, не доходят руки описать: быстрое восстановление после травм, рассасывание катаракты, исчезновение симптомов рассеянного склероза, 2 случая закрытия открытого аортального протока (порок сердца), улучшения зрения, устранение косоглазия, рассасывание камней в органах, нормализация уровня сахара в крови, рассасывание миом матки и кист, восстановление ритма сердца и многое другое... Я хочу рассказать только об одном случае, который иллюстрирует подвиг пациента и его великую веру в себя.

Случай из практики примерно 8-летней давности, как иллюстрация мощности организма, а также как был разорван мой «шаблон» вертебролога. Мужчина, 46 лет, с болями в пояснице и ноге. На МРТ и КТ печальная картина: сглажен поясничный лордоз, дегенерация дисков и позвонков, осложнённая грыжеобразованием МПД и обтурацией спинно-мозгового канала до $\frac{1}{2}$ диаметра. Проведенное консервативное лечение в течение нескольких месяцев без эффекта. Это показание для оперативного лечения, о чём я ему и сообщил. Мужчина оказался настойчивым и предложил попробовать поработать с биомеханикой. И было с чем поработать! Глобальная скованность тела со значительным ограничением подвижности во всех суставах. К моему удивлению с каждым сеансом пациенту становилось легче! До полной свободы! Вплоть до того, что сейчас заглядывает раз в два года для профилактики. На моё предложение сделать МРТ контроль за мой

счёт отклонял с простой формулировкой: я прошёл много обследований и типов лечений, всё безрезультатно, а теперь я живу полноценной жизнью, не вижу в этом смысла. Исследовательская мотивация его не зацепила. Но его настойчивость показала мне и многим другим колоссальные возможности организма.

Почему это стало возможным? Следование принципам... Организм — самовосстанавливающаяся и саморегулирующаяся система. Признание этого факта открывает для специалиста практически неограниченные возможности. Важно помнить, что не чудо-лекарства, волшебные методы или магические манипуляции приводят к выздоровлению, а способность системы к самовосстановлению!

СМЫСЛ ЛЕЧЕНИЯ

А для чего вообще нужно это лечение, понимание причин, все эти сложности? После прочитанного должно стать очевидным, что симптом является подсказкой о необходимых изменениях в жизни.

Симптом напоминает о нерешённой проблеме! Он же является путеводной нитью к ресурсу для разрешения проблемы, к увеличению внутренних сил!

Задача специалиста помочь вам соединиться со своими силами! То есть вырасти внутри себя, стать большей личностью, раскрыть для себя свою Любовь и наполнить ею свою жизнь!

Никто (!) — никакой маг, волшебник, кудесник, гипнотизёр, терапевт, гадалка или хирург — не может заставить вас быть здоровым или больным. Это ваш личный выбор и ваша личная ответственность!

Так же, как и выбор читать эту статью или не читать, вникать в смысл или пропустить мимо сознания. Как вы будете лечиться – таблетки, операции, энергетика, восстановление кровообращения, управление своими психическими процессами – ваш выбор. Для выздоровления нужна всего лишь осознанность! Чтобы расшифровать о чём говорит симптом, нужно широкое понимание. Поэтому сказанное со стороны почти не имеет значения, важно, что вы готовы услышать! А кто для вас самый умный, самый драгоценный, самый авторитетный, самый заботливый и т.д.? Конечно, это вы! Поэтому задача специалиста помочь вам услышать себя и вспомнить дорогу к нормальному состоянию, используя знания и умения.

Закончу словами А. С. Пушкина из «Евгения Онегина»:

Кого ж любить? Кому же верить? Кто не изменит нам один? Кто все дела, все речи мерит Услужливо на наш аршин? Кто клеветы про нас не сеет? Кто нас заботливо лелеет? Кому порок наш не беда? Кто не наскучит никогда? Призрака суетный искатель, Трудов напрасно не губя, Любите самого себя, Достопочтенный мой читатель! Предмет достойный: ничего Любезней, верно, нет его.

ПЛАТА ЗА ЛЕЧЕНИЕ

Я много лет принципиально не касался этого вопроса, считая, что разумные люди сами смогут сделать выводы. Но повторяющиеся вопросы в течение лет заставляют обращать внимание...

«Не лечи бесплатно, ибо здоровье – это не милостыня. Врач, не берущий платы, раздавая медицинскую помощь как милостыню, воспитывает иждивенцев и лишает пациента права быть ответственным за своё здоровье.»

Гиппократ, 400 лет до н.э.

Полагаю, любой здравомыслящий человек хочет, чтобы его проблему помог решить лучший специалист в этом деле. Касается ли это медицины или строительства, или любого другого дела. Соответственно мастерству и плата.

ПРИНЦИПЫ ОТНОШЕНИЙ В ПАРЕ. ТЕРАПИЯ ПАРЫ

Полагаю, любой нормальный человек хочет создать семью, где живёт любовь и радость. Лет с 16 я мечтал о создании пары раз и навсегда. Чтоб по велению сердца и на высоте чувств... Увы... Расплата за витание в интеллектуальных фантазиях непомерно высока. В таких случаях Жизнь дает близким людям человека роли инквизиторов – чтобы через болезненный суд как следует отрезвить и заставить думать, искать пути решения создавшейся ситуации.

Результатом моих личных поисков стало понимание принципов отношений в паре.

Как можно трансформировать отношения в паре, делая их радостными и счастливыми, наполняя любовью и сублимируя внутренние раны? Рискнем – и найдем ответ!

Если вы чувствуете, что ваши отношения в паре идеальны – не тратьте время на эту статью. Если вы считаете, что уже всё знаете об отношениях в паре – см. выше

ЭПИГРАФ

Две подруги в магазине, выбирают открытки:

– Как ты думаешь, выбрать майку с надписью «Моему коту» или «Моему зайчику»?

– А какой повод?

– Да у моего козла завтра день рождения...

У тещи должно быть два зуба. Один – зятю пиво открывать, а другой – чтоб болел...

Подобные шутки стали настолько распространёнными, что, кажется, отражают нормальный ход отношений. Если же задуматься... Подобное представление об отношениях просто ужасно!

Зачем ты строишь отношения с человеком, которого не любишь и не уважаешь? Живёшь под одной крышей, ешь за одним столом... Если ты любишь человека, как можно относиться без уважения и благодарности к родителям? Ведь он/она плоть от плоти их, продукт их воспитания... Да, их плод – это твой спутник жизни, который тебе так нравится!

Неужели вы создавали семью для того, чтобы плодить ненависть?

Конечно, причины создания пары требуют отдельного рассмотрения. Пока же, важность парных отношений подчеркну одной выдержкой:

На Руси называли любимого мужчину «Свет очей моих», потому что мужчина – это Путь, это стрела, указывающая восхождение в верхние миры. Любящая женщина восхищенно смотрит на своего любимого, как на свет, который помогает ей не забыть себя.

А женщину звали – «Душа моя». Потому что она напоминает то, ради чего только и есть смысл двигаться этим Путём. Всё только для души. Нет смысла ни в чем: ни в войнах, ни свершениях, ни в познании, ни в способностях – если забыта душа.

Смотрит мужчина на женщину свою и не может струсить, не может предать, не может опустить руки, потому что её глазами

смотрит на него душа его. И никакие ложные оправдания не примет. Не соврѣшь же своей душе.

И огрубеет он порой в боях так, что уже и сами бои смыслом жизни станут. А заглянет в её глаза, услышит голос её – растопится холод сердца его. И перестанет он лить кровь и заплачет. Это растает лёд, который сковывал душу.

Или наоборот: сбросит с себя ярмо и встанет во весь рост, возьмёт оружие, и будет драться, пока не освободит душу свою и народ свой или пока не погибнет в этой битве. И в минуты страха за тело, будут стоять перед ним глаза её. И отступит перед этим взглядом страх. И шагнёт в битву...

А что же мужчина для женщины?

Когда женщина-берегиня заморочится, погрязнет в суете, сберегая всё и уже даже забыв, ради чего она это бережет, она заглянет ему в глаза и вспомнит. Даже не вспомнит, а прямо увидит Путь. И поймет, зачем ей беречь, зачем хранить и ради чего не поступиться ни крошечкой красоты. Для чего предоставить пространство. Зачем не превратится в кухонную бабу. В этом всём есть великий смысл, потому что через глаза любимого виден свет Иного мира. И этот мир – есть настоящий Дом и Родина. Он ждёт. Он не выдумка. Потому что сам мужчина несёт дух его во всём, что только ни делает...

Нарушение гармонии в отношениях сильно отнимает силы как мужа, так и жены. Хотя всё должно быть наоборот, именно семья даёт и рождает силы, позволяющие поистине менять Мир своей любовью.

На некоторых лекциях мы вместе открываем что такое Любовь – через ощущения. Пока же скажу: Любовь – окрыляет, даёт Силу,

созидает. Поэтому разговоры в духе «вскрыл себе вены из-за любви» такая же чушь, как «обжорство – даёт силу и укрепляет здоровье».

НАЧАЛО

Начать следует с того, что человек рождается в определённой целостности.

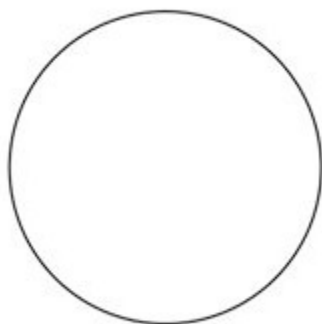


Рис. 1. Целостное сознательное и бессознательное.

Узнавая земной мир, маленький человек сталкивается с физическими и душевными страданиями, получает внутренние раны: внутриутробно – через стрессы мамы, появляясь на белый свет – переживая собственные стрессы (не вовремя покормили, не сменили подгузник, не купили игрушку, не обняли и многое другое). Обиды, претензии, злость разъедают человека – и от изначальной целостности остаётся лишь часть.



Рис.2. Деформация сознательного и бессознательного.

КАК МЫ ВЫБИРАЕМ ПАРТНЁРА

Учёные-эпигенетики утверждают, что 95–99% жизни мы проводим в бессознательном. Поэтому партнёра мы никогда не выбираем сознательно, а именно согласно внутреннему сформированному шаблону: для мужчины – Анима (женская часть Души в мужчине), для женщины – Анимус (мужская часть Души в женщине). Чтобы более подробно раскрыть тему Анимы и Анимуса, надо писать книгу, это дело будущего.

Итак, по этому шаблону к своей повреждённой целостности мы подбираем партнёра... Правильно, чтобы восстановить целое! Вероятно, из этого закона и растёт верование о двух «половинках».

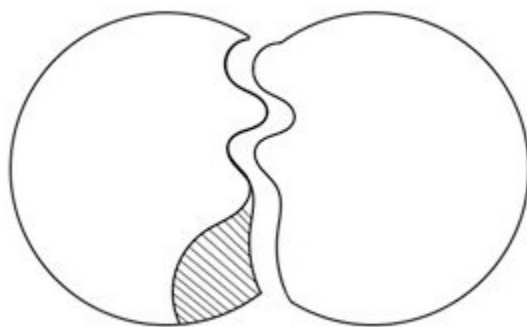


Рис. 3. Не полное совпадение «половинок».

Несоответствие этих деформаций «штрихуется» гормонами. Возникает ощущение полного слияния. Вот моя половинка! Романтика! Радость! Вот оно счастье! Но... Партнёр приходит лечить наши внутренние раны. А лечение, как мы знаем, порой болезненно.

Со временем физиология меняется. Гормональный фон изменяется в промежутке от нескольких месяцев до 2 лет. При совместной деятельности, беременности и рождении ребёнка, а так же с возрастом человека, гормональная перестройка происходит быстрее. И тогда происходит «прозрение»...

ФАЗЫ РАЗВИТИЯ ОТНОШЕНИЙ

Как мой муж может быть таким придурком? Как я мог не видеть, какая она дура?... Спокойно, без паники: ваши отношения развиваются! Развитие отношений в паре переходит из **1-ой фазы – «романтической пары» (или инстинктивная пара)** – во **2-ую фазу, называемую «конфликтная пара»**.

Что обычно происходит дальше? Обычная стратегия: с этим дураком/дурой невозможно жить такому прекрасному человеку, как я. Так стартует поиск «нового» партнёра... Происходит он, конечно же, по уже знакомому шаблону! Человек опять ищет партнёра с теми же внутренними ранами. На этом этапе бесполезно разрывать отношения! Так как происходит лишь смена статистов... За новыми исполнителями бессловесных ролей можно не заметить прежний сценарий. Каков смысл этого движения по кругу? Чтобы потом опять сказать: ну что за идиот/идиотка?

Думаете, из этой ситуации нет выхода? На самом деле их целых два: Во-первых, *естественная стратегия* – стратегия бегства: ну, такова моя судьба – мучиться, бегство из дома, уход в работу, приключения на стороне...

Во-вторых, принятие ответственности за свою жизнь: почему так происходит? Что нужно сделать, чтобы это изменить? Это *интеллектуальная стратегия*.

Тогда пара переходит на следующий, **3-ий этап развития – сознательная пара**. В сознательной паре есть понимание, что жизнь свела двоих не случайно, что Я и Партнер – друг другу не враги, а помощники. Появляется выбор: лечить свои раны или нет. И тогда приходит понимание: проблема не в поведении партнёра, а в моей реакции на поведение, опирающаяся на память о прошлых ранах. Следовательно, можно осознанно обсудить и договориться о новом поведении.

Пара, которая занимается лечением своих ран, переходит на следующий **4-ый этап – творческая пара**. Нет требований к партнёру, нет принуждения к изменениям. Есть союз двух людей, пропитанный любовью и уважением, плодами которого являются идеи, дела, дети.

Когда человек вылечивает свои внутренние раны, он становится целостным. Партнёр его больше не дополняет, не нужен для лечения ран. Две полноты принимают решение быть вместе, наступает **5 этап развития отношений – божественная пара.**

Хотите так же?

Кто же не хочет жить в полноте любви?! Ведь это и есть – счастье. А можно ли построить это счастье самому, в одиночку, без помощи профессионалов? Отвечаю вопросом на вопрос: можно ли самому освоить бухгалтерский учёт? А почему нет? Подучился, практики поднабрался и вперёд... Можно ли самому чинить автомобиль? Конечно! А зубы лечить? А песни писать?... Этот список умений можно продолжать до бесконечности.

Сколько времени вы готовы потратить на освоение нового знания и умения? Месяц, год, десять лет? Хорошо, если они есть. Хорошо, если их можно, не задумываясь, расходовать на получение новых знаний. Но многие ли из нас обладают подобным богатством – свободным временем? Специалисты разных направлений нужны потому, что помогают нам сэкономить время! И в вопросе настройки гармонии в паре это правило также действует.

ТЕХНОЛОГИЯ ЛЕЧЕНИЯ ПАРЫ

Супруги Оливье Локер и Патрисия Д`Анжели подарили нам технологию помощи для пар, которые хотят развивать свои отношения, избавляться от ран и связанных с ними страданий, наполняться любовью и радостью.

Первый этап: педагогический.

Когда пара знакомится с принципами отношений и проверяет свои ощущения.

Второй этап: личная работа.

Необходимо восстановить целостность своих архетипов (первообразов, лежащих в основе психических реакций). Прежде всего, это работа с *архетипами раненого внутреннего ребёнка, раненого внутреннего женского и раненого внутреннего мужского*. Эти три протокола – основа. Искажение архетипов приводит к искажению мировосприятия и искажённому проживанию жизни.

Кроме того, зачастую различные «поучения», особенно от близких людей, подкреплённые неудачами, складываются в верования «у меня ничего не получится», «это не для меня» – и внутренний помощник превращается во внутреннего критика, который «рубит» на корню всякие начинания. Соответственно, необходимо «договориться».

Так же можно входить в контакт со своим *архетипом внутреннего мудреца* и получать лучшие советы от идеального себя.

Получение нового результата связано с расставанием со старым, хоть и причиняющим страдание, но известным и привычным. Таким образом, человек опять сталкивается со страданием! Из этого предчувствия – автоматическое сопротивление изменениям. Поэтому необходимо научиться проживать свой траур. Этому служит следование протоколу *траур*.

Это основные протоколы для личной работы. Конечно же, есть и многие другие протоколы, с помощью которых мы можем решить проблемы, увеличить внутреннюю свободу и наработать новые

стратегии поведения. Что именно нужно изменить, — знает только сам человек (симптом является подсказчиком), а терапевт является гидом и педагогом, но никак не диктатором.

Третий этап: установление будничных основ.

Сначала под присмотром терапевта (обычно две встречи), а затем самостоятельно пара учится договариваться о повседневных делах и совместном исполнении желаний.

Четвёртый этап: автономизация пары.

На этом этапе пара учится лечить свои раны самостоятельно. Спутники помогают друг другу врачевать свои язвы.

Эти этапы терапии помогают идти по пути восстановления своей целостности — к иному мировосприятию, улучшению качества жизни и, естественно, к улучшению отношений в паре.

Мира вам и благополучия, мои дорогие друзья!

© с Любовью, Первушкин Э. С.

и коллектив ЦВТ