

**БОЖЬЕВ  
ЕВГЕНИЙ НИКОЛАЕВИЧ**

# **ПРОСТО ИСЦЕЛЯЙСЯ САМ**

**ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА ВСЕ БОЛИТ  
И НИЧЕГО НЕ ПОМОГАЕТ**



**Издательство АСТ  
Москва**

УДК 615.8  
ББК 53.59  
Б76

**Божьев, Евгений.**

Б76 Просто исцеляйся сам: что делать, когда все болит и ничего не помогает / Евгений Божьев. — Москва : Издательство АСТ, 2020. — 288 с. — (Человек: душа и тело).

ISBN 978-5-17-110318-7.

Евгений Божьев — врач-невролог и мануальный терапевт с многолетним опытом, автор уникальной методики самолечения.

Доктор рассказывает, как убрать боль в различных частях тела без врачей, своими силами. Полезно всем, кто реально хочет разобраться, откуда берутся болезни и что на самом деле нужно делать.

Должное внимание автор уделил физическим упражнениям с рисунками, которые помогут вам самостоятельно, без постороннего воздействия и вмешательства запустить механизм самооздоровления организма. Авторская методика многие годы помогает людям избавиться от боли, снова почувствовать себя молодым и полным сил!

**УДК 615.8**  
**ББК 53.59**

ISBN 978-5-17-110318-7.

© Божьев Е., текст

© ООО «Издательство АСТ»

## ВВЕДЕНИЕ

Уважаемый читатель! Эта книга является сборником информации о том, что такое человек, как он устроен, зачем находится в этом мире и как ему жить, чтобы не болеть и не стареть... Возможно, эти слова звучат несколько пафосно. Но практика — критерий истины.

Необходимость публикации этой книги вызвана тем, что мировая медицинская система не нацелена на оздоровление населения планеты Земля. Врачам говорят: «Мы вас научили лечить — лечите!» Людям говорят: «Идите к врачам, мы их научили лечить, они вас вылечат!» И люди идут, выполняют то, что им приказывают врачи... И только через несколько десятков лет вдруг спохватываются — а воз и ныне там! Выброшены на ветер огромные деньги, выпито столько ядовитых лекарств, упущено столько времени, а в результате — здоровье стало намного хуже...

Автор этой книги уже около 40 лет работает в области медицины. Хотите верьте, хотите нет, но я не видел еще ни одного человека, которого медицинская система вылечила бы от чего-нибудь! Не убрала на некоторое время симптомы, а именно вылечила, ликвидировала бы причину! И если простым людям, многократно обобраным и обманутым медициной, это становится понятно только с возрастом, то я, наблюдая эту систему изнутри, прекрасно понимаю, как она работает. И ответственно заявляю — никто в системе здравоохранения не заинтересован в здоровье людей!

Посудите сами! Врач в поликлинике получает зарплату в зависимости от количества принятых пациентов. Если он должен принять 36 пациентов, а принял только 30, его доход снизится. Как при таком раскладе он может быть заинтересован в том, чтобы больных стало меньше? Во всей системе здравоохранения есть только одна должность, на которой сотрудники активно заинтересованы в уменьшении количества больных: это должность уборщицы! Она одна желает, чтобы «поменьше тут ходили»... Остальной персонал получает зарплату не за здоровых, а за больных. И это происходит везде и повсюду: и в поликлиниках, и в

стационарах... Вот и думайте, кому в медицинском учреждении нужно ваше здоровье! Даже отчетность медицинских учреждений идет по количеству больных, а не выздоровевших...

Поэтому повторяю известную истину: «Спасение утопающих — дело рук самих утопающих!» Конечно, мы все жуткие лентяи. Но однажды наступает такой момент, когда просто необходимо начинать что-то для себя делать!

Так вот, для того я и писал эту книжку. Чтобы человек, осознавший, что ему никто, кроме него самого, не поможет, знал, что ему делать.

А теперь самое главное! От того, что эта книга будет лежать у вас на столе, вам легче не станет. Чтобы стало легче, надо делать то, что здесь описано, применительно к вашему случаю.

Только ваша самостоятельная работа со своим телом может сделать его лучше и здоровее! Прочитайте это высказывание десять раз, чтобы хорошенько запомнить. Все зависит от вас лично. Никто другой не сделает вас здоровым!

Если запомнили, то — в добрый путь!



# ГЛАВНОЕ

---

Прежде чем обсуждать отдельные проблемы, касающиеся человеческого здоровья, я бы хотел поговорить о том, что собой представляет наша жизнь и законы, по которым она протекает. Так как именно это помогает понять, почему мы живем так или иначе, почему у нас возникают те или иные проблемы со здоровьем...



## КАК УСТРОЕН ЭТОТ МИР

Человек приходит на Землю, не имея представления о том, как этот мир устроен, зачем он вообще родился на свет и что ему делать в жизни. Видимо, создателями нашего мира зачем-то именно так и было задумано. Но для того, чтобы адекватно реагировать на происходящее вокруг, полезно знать, что, как и почему... Давайте же попробуем разобраться в происходящем.

Тем, кто уже не первый год живет на земле и кто умеет наблюдать и думать, анализировать и сопоставлять, довольно быстро становится понятно, что этот мир не самообразовался путем случайного слияния молекул, как нам рассказывают в школе. Целостность, законченность, рациональность, математическая выверенность и уравновешенность всех процессов, происходящих вокруг и внутри нас, свидетельствуют о том, что хаосом здесь и не пахнет. Наоборот, все очень четко взаимосвязано, что доказыва-

ет: у этого мира есть Творец. Конечно, это не дядька с бородой и посохом, сидящий на облаке. Но кто-то или что-то этот мир создало. И создало не абы как, а в очень четкой и строгой форме, с определенными Законами и правилами, по которым все развивается.

Когда начинаешь все это осознать, понимаешь, что случайностей в мире нет и быть не может. Что с точки зрения Создателя нет в нем ничего плохого или хорошего. Есть только то, что есть, и то, что должно быть. То, что задумано Творцом. Ничего лишнего, ничего, выходящего за рамки Его контроля...

После того как вы это осознали, встает следующий вопрос — а зачем вообще в этом мире рождаются люди? Какова их роль в нем? Существует много вариантов ответа на этот вопрос. Но когда мы наконец понимаем логичность мироустройства, нам становится очевидно, что многие из этих версий искусственны или придуманы отдельными личностями, преследующими некие корыстные цели... Поэтому представляю вам самую логичную из версий, которая, с моей точки зрения, способна все объяснить.

Творец — люди называют его Богом — это не человеческое существо, а система Законов

мироздания, по которой созданы все Вселенные. Он создал материю, из которой все состоит, и наделил ее определенными свойствами. И эти свойства и Законы ее существования неизблемы везде. Вполне возможно, что где-то в разных частях сотворенных Богом Вселенных у этих свойств и Законов есть какие-то свои особенности. Но они не могут нарушать общих принципов, установленных для мироздания.

Материя всегда пребывает в движении, эволюционирует. Одно из ее свойств — появление на определенных этапах развития Разума, Сознания. Люди это называют Душой. Души тоже постоянно развиваются. Поскольку мир многомерен, то и Души существуют в условиях многомерности. Одно из ее проявлений — материальный мир, который мы видим и осязаем. Он имеет очень важное значение для развития Души. Поэтому Душа вынуждена время от времени переходить из многомерного пространства в этот материальный мир, где находит телесное воплощение.

Поскольку Душа, как и весь мир, тоже развивается, на различных этапах развития она воплощается в разных телах, соответствующих тем задачам, которые Душе надо решить в данном воплощении.

Сначала она воплощается в минеральном мире, потом в растительном, потом в животном. То есть по мере роста Души усложняются выполняемые ею задачи и растет сложность устройства тел, которые служат ей оболочкой.

Пройдя через воплощение в животном мире, Душа начинает воплощаться в человеческом теле, отрабатывая навыки, знания и умения, духовные свойства, присущие человеку. Кто-то очень правильно сказал: самое сложное в нашей жизни — это научиться быть человеком!

После отработки всех необходимых свойств в теле человека Душа воплощается в тонкоматериальном мире — в виде существ, которых люди называют Ангелами. Затем следуют другие этапы. На одном из них Души становятся планетами, звездами, звездными системами, галактиками... Но надо понимать, что это не сами материальные тела, а их Души. Как у человека — есть тело и есть Душа. Но Душа управляет телом...

Так вот, Душа воплощается в человеческом теле для того, чтобы чему-то научиться, приобрести какие-то новые знания, навыки, опыт. Естественно, это все невозможно осуществить за один раз! Поэтому воплощений много. И даже не десятки, а тысячи. Это как в школе:

сначала дети учатся читать, считать и писать, потом — умножать и делить, и наконец, осваивают логарифмы... Для каждого воплощения у Души есть свои задачи.

На более поздних этапах развития, когда уже накоплен большой опыт, человек, рождаясь, уже знает (не всегда осознанно, часто интуитивно), что предстоит «выучить» Душе в этой жизни. Соответственно, под выполнение поставленных перед Душой задач подбираются и образ жизни, и будущая профессия, и род, к которому принадлежит Душа, родители, окружение...

Высшие Силы заинтересованы в том, чтобы Душа выполнила все поставленные перед ней в этом воплощении задачи максимально полно. Потому с самого рождения для нее подбираются условия, наиболее этому способствующие.

Одна из самых древних наук — астрология и один ее разделов — нумерология как раз и определяют, какие задачи поставлены перед человеком в данном воплощении. Ибо дата нашего рождения, наши имя и фамилия несут в себе информацию о том, чем нашей Душе предстоит заниматься в текущей жизни.

В древности люди все это знали, в том числе и то, что на судьбу человека можно воздействовать

через его имя. Поэтому при рождении ребенку давали три имени. Первое из них — сакральное, истинное, несущее в себе информацию о человеке, знали только его родители и он сам. Второе имя предназначалось для окружающих, так человека называли в обществе. Третье в наше время превратилось в фамилию. Оно несло в себе информацию о том Роде, к которому принадлежал человек. Ибо каждый из нас не только продолжает развитие своей собственной Души, но и несет в себе энергетику целого Рода.

Для того чтобы правильно и комфортно жить в этом мире, находиться в состоянии баланса с окружающей средой, следует знать основные Законы, по которым устроен мир.

Самым главным во Вселенной является энергия. Без нее ничто в ней существовать не может. В этом смысле все сущее можно назвать энергоинформационными структурами. Ибо все представляет собой энергию, несущую какую-то информацию, или информацию, обладающую какой-то энергией.

Раз энергия — это самое главное во Вселенной, то естественно, что и основным физическим Законом, ею управляющим, является Закон сохранения энергии. Согласно ему, самым правильным будет путь наименее энергоза-

тратный. Поэтому все живые и неживые существа стремятся уменьшать свои энергозатраты и получать больше энергии. Именно из Закона сохранения энергии вытекают и все остальные основные Законы мироздания.

Следующим очень важным Законом, который каждый человек должен знать наизусть, является Закон, который кратко можно сформулировать так: «Что излучаешь, то и получаешь». Он естественным образом вытекает из Закона сохранения энергии и отражен в различных человеческих поговорках: «Что посеешь, то и пожнешь», «Посеешь ветер — пожнешь бурю», «Не плаюй в колодец, пригодится воды напиться». Этот Закон рекомендует нам относиться к другим людям и вообще к окружающему миру так, как мы бы хотели, чтобы другие относились к нам.

На эту тему существует очень правильное высказывание о различии в отношении к людям паразитов, людей и богов. Паразиты относятся к людям так, как сами захотят. Им плевать на окружающих. Люди относятся к другим людям так, как хотели бы, чтобы те к ним относились. Боги же относятся к людям так, как люди хотели бы, чтобы к ним относились... Интересно, правда?