

# ДОКАЗАТЕЛЬНАЯ ПСИХОСОМАТИКА ПРОТИВ ЗАБЛУЖДЕНИЙ ОФИЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНЫ

---

*Это отличный кардиолог, я у него  
уже 25 лет лечусь...*

*Из консультаций автора*

Живут два кота. Почему у одного появился диабет, а у другого — нет? Почему у бабушек с «низким иммунитетом» и «плохим кишечником» нет прыщиков на лице, а у молодых, здоровых и бодрых — есть, и никак не проходят? Почему у одной женщины климакс наступает в 60 лет, у другой — в 40, а у третьей вообще не наступает, и в 85 идут месячные? Почему курящий и пьющий дедушка живет дольше, чем спортсмен из соседнего подъезда?

Можно написать целую книгу, состоящую из подобных вопросов, на которые в официальной медицине и открытых источниках нет четких и логичных ответов. А нам они нужны! Они нужны мне были еще вчера, еще в нулевых, когда я только учился в медицинском.

И я искал. Я понимал, что официальная медицина во многом заблуждается и сама себе противоречит. Я прошел путь от механического отношения к телу человека — набор мышц, фасций, сосудов и нервов, до энергетического — меридианы, энергооболочки, чакры, каналы. От остеопатии и китайской медицины до гомеопатии и витаминов. От психотерапии до гипноза. Но ни одна из этих систем не отвечает на все вопросы, тем более если речь идет о причинах изменений в организме.

Но я всегда знал и чувствовал: должно быть что-то, что все объясняет, наполняет смыслом все происходящее, ведь природа доказывает нам свою разумность и логичность на протяжении сотен миллионов лет, а человек — дитя природы. Он не должен быть таким уязвимым и таким болезненным, как это происходит. Что-то явно от нас ускользает.

После долгих поисков я нашел ТО САМОЕ. Чудо открыл доктор Рике Герд Хамер в 80-х годах прошлого века. За свое открытие он дорого заплатил: подвергался гонениям, дважды сидел в тюрьме, был пожизненно лишен лицензии врача, умер на чужбине, а тысячи врачей в Европе, которых он обучил по своей системе, были вынуждены подписать документ о неприменении этих знаний на практике. В нашем обществе такова судьба многих людей, которые представляют угрозу общепринятым теориям, в том числе и медицинским.

Тем не менее знания прорвались на свободу, и теперь есть ответы на вопросы и про kota, и про прыщи,

---

и про климакс, и про соседа, и про детей, и про долгожителей, и про все остальное, от герпеса до шизофрении, от близорукости до сколиоза, от инфаркта до отечности, от выпадения волос до изжоги. Поняв суть этой системы, вы будете всегда вооружены, свободны и независимы, избавитесь от неопределенности и возникавших ранее вопросов.

Система доктора Хамера не сложнее математики начальных классов. Раз вы уже однажды осилили такое, значит справитесь снова, квадратные уравнения решать не придется, не пугайтесь, но  $2 + 2$  складывать будет нужно. Что особенно приятно, как и в математике, в системе доктора Хамера всегда будет получаться 4. Не 3,8 и не 4,2.

Я постоянно провожу обучающие семинары и понимаю, что у всех разные каналы восприятия и разная скорость усвоения информации, поэтому я постарался написать эту книгу простым и понятным языком, главное — ухватить суть, а сложные моменты будет полезно перечитывать, пока все спокойно не уляжется в голове.

Если на обычного человека сразу нагрузить кучу аббревиатур и непонятных терминов, то мозг зависает и переходит в режим обороны. В результате человек не может отличить миндалину от инфаркта. Нам нужно этого избежать, поэтому все будет максимально просто.

Маша, Катя, Таня и Андрей живут в разных городах, трудятся на разных работах, ведут разный образ жизни.

Вечером они возвращаются домой, и с каждым внезапно начинает происходить что-то странное. У Маши учащенное сердцебиение, у Кати затрудненное дыхание, у Тани крутит живот, у Андрея немеют руки и шея. Всех это пугает, но через несколько минут симптомы проходят. Если все пойдут к «продвинутому» врачу, то диагноз будет звучать как «паническая атака». Если все пойдут к «обычному» доктору, то будут 4 разных диагноза — аритмия, астма (или ХОБЛ), синдром раздраженного кишечника, полинейропатия. В худшем варианте всем могут поставить диагноз «ВСД»... Получается, нет никакой системы, кому как «повезет». Нет никакой логики в рассуждениях и диагнозах. В одной и той же ситуации могут быть поставлены абсолютно разные диагнозы, и «лечить» всех будут по-разному, поэтому и результаты будут разными.

Так быть не должно. Мы за логический, системный, объяснимый подход ко всему, в том числе к здоровью. Человек — дитя природы. А в природе все закономерно, логично, объяснимо и самое главное — **целесообразно**. Природа ничего не делает просто так: не вносит никаких изменений ни в одну травинку, ни в одну букашку и тем более человеческий организм. Если тело как-то меняется или есть какие-то симптомы, значит была или есть какая-то причина и в теле произошли **целесообразные** изменения.

Уверен, что вы, так же как и я, всегда и во всем стараетесь докопаться до истины. Это естественное свойство человека. С детства мы постоянно задавали своим

---

родителям, бабушкам и дедушкам вопрос: «Почему?» И это правильно. Его всегда нужно задавать! Если у Маши учащенное сердцебиение, то почему? В официальной медицине, к сожалению, нет понятных ответов. Их и не может там быть, потому что она очень далека от природы. А у вас после прочтения этой книги будут правильные ответы. Почему люди болеют? Почему у одного возникают болезни, а у другого нет? Какие механизмы? Как правильно лечиться? Наконец-то поиски закончены. То, во что мы вникнем на страницах этой книги, перевернет представление о здоровье, о причинах и механизмах заболеваний.

Сколько должен жить человек в среднем? Правильный ответ — период полового созревания, умноженный на 10. В среднем должно получаться от 110 до 140 лет. Так заложено природой, и «неразумные» животные так и живут. Все логично. Но почему так не получается у человека, несмотря на все достижения науки и медицины? Может, все-таки нужно посмотреть на природу и спросить себя: «А что такого **делают** животные, чего не делаем мы? Или чего такого животные **не делают**, что делаем мы?» Кто-то скажет: «Животные не пьют и не курят!» Тогда некурящие и непьющие люди должны жить по 140, но нет. Наоборот, в Европе люди пьют с детства, курят много, а живут дольше, чем в Иране или Саудовской Аравии, где не пьют и не курят.

Может, животные питаются натуральной пищей? Нет, в зоопарке им дают все то же самое, что мы

покупаем в магазинах. И тем не менее в зоопарке животные живут намного дольше, чем в дикой природе.

Может, это потому, что в зоопарке их кормят, поят, и им ничего не нужно делать? Тогда богатенькие буратино и всевозможные многочисленные ротшильды, которые с детства катаются как сыр в масле, должны как один быть долгожителями, но и этого мы не видим.

Может, потому, что животные много двигаются и проводят много времени на свежем воздухе? Опять не то! Крокодил в клетке вообще не двигается всю жизнь, но живет дольше дикого собрата. Так и зожники и спортсмены не живут принципиально дольше мало-подвижных офисных работников.

Все не то, все не сходится. Нет ответа! Потому что поиск идет не в ту сторону. Здоровье не зависит принципиально от питания, алкоголя, курения, физкультуры или каких-то внешних факторов, и тому, как вы видите, и как вы сами наверняка замечали, есть масса подтверждений и примеров в реальной жизни. Не в официальной статистике или на сомнительных сайтах, а прямо в нашей жизни! Когда выпивающий дедушка переживает в итоге бабушку, которая вела всю жизнь здоровый образ жизни и пыталась отучить мужа пить. Когда человек ест все подряд, и его кишечник работает отлично, а его сосед сидит на диетах и мучается от вздутия. Когда спортсмен с тренированным сердцем умирает от инфаркта раньше, чем все его знакомые, которые мало двигаются. Понятно, что есть и обратные

---

примеры, есть и обратные подтверждения, но система должна работать в 100 % случаев, а не периодически. Нам нужна надежная система, как математика. Все должно быть четко.

Очень важный вывод: все то, о чем мы сейчас говорили, подтверждает, что продолжительность жизни и здоровье человека или животного зависит ни от рациона, ни от условий жизни, ни от подвижности, ни от доступности медицинского обслуживания, ни от науки и т. д. Все это влияет, возможно на 1–2 %, а остальные 99 % — это что-то другое.

Как-то ко мне на прием пришла 70-летняя женщина. Она была буквально вся больная, несмотря на то что всю жизнь лечится, читает полезные журналы, травит паразитов, ставит клизмы с мочой, делает зарядку по утрам, смотрит программы про здоровье и активно читает интернет. Из разговора я узнал, что у нее есть сестра, которая старше на 10 лет, при этом бодрa и активна, ничем не болеет, хотя в детстве ее не кормили материнским молоком, а выкармливали хлебным мякишем через марлю, полжизни женщина голодала, потом работала на хлебозаводе и с тех пор основу рациона составляет хлеб и молочка... И таких примеров, которые противоречат общепринятой парадигме «здорового образа жизни», в моей практике очень много.

Найдите кавказца, бурята, индейца, японца или итальянца, который прожил 100 с лишним лет, и спросите, какой у него образ жизни. Станет понятно: жили

они по-разному, ели и пили разное, двигались по-разному. Закономерности в плане физического образа жизни нет.

Кажется, что все это странно и необъяснимо. Если человек выживает при раке, то это чудо. Если поставили диагноз хронический гастрит, то это навсегда. Если получил травму колена в юности, то теперь всю жизнь придется хромать. А ведь природа всегда регенерирует и находит способ вернуть функциональность или восстановить поврежденные клетки. Она действует так, как было задумано Создателем. А люди действуют и думают так, как им говорят из телевизора или в кабинете врача.

Когда доктора Хамера посадили в тюрьму и провели обыск в его клинике в надежде обнаружить множество историй болезней пациентов, которых он якобы «угробил» своими нестандартными подходами к оздоровлению, то выяснилось, что из 6500 пациентов с онкологией живыми были 98%. Это очень круто! Под данным ВОЗ за 2020 год от рака погибло более 10 млн человек. В России каждый четвертый с диагнозом рак погибает в течение первого года. Общая выживаемость ниже 40%. Понятно, что статистика — это цифры, которыми можно манипулировать как в одну, так и в другую сторону, но общая тенденция все равно заметна. Можете сами сравнить опыт и результаты тех, кто лечился официальными методами, и кто лечился самостоятельно, чтобы сделать свои собственные выводы.

---

Приходят на прием к врачу немец, француз, русский и еврей. Врач говорит каждому: «У вас неоперабельный рак, вам осталось жить месяц». После этого немец пишет завещание и оформляет документы. Француз ходит по борделям и развлекается. Русский пьет и закусывает с друзьями. А еврей идет к другому врачу.

---

Это шутка, но в каждой шутке есть сами знаете что. Сотни лет люди думали, что земля стоит на трех слонах, потом — что она плоская. Да и сегодня по опросам до 40% россиян считают, что Солнце вращается вокруг Земли, а не наоборот... Вы понимаете, как много заблуждений и тотальных ошибок в восприятии мира и различных сфер нашей жизни до сих пор существует! Кто сказал, что медицина тоже не может заблуждаться, если до сих пор нет вменяемых ответов на простейшие вопросы — откуда берется рак, почему у одного он появляется, а у другого нет, почему метастазы «поражают» одни органы и старательно игнорируют другие и т. д.? Вы же не думаете, что пройдет еще 100 лет и медицина наконец-то скажет: «Ну вот, теперь мы во всем разобрались! Теперь мы точно знаем, что и как лечить, чтобы вылечивать». Вы же не думаете, что через 100 лет здоровых людей будет больше. Ветер поворачивается и вернется на круги свои, нового ничего

не будет. Будут новые медикаменты, аппараты, протезы, приборы, исследования, докторские диссертации, но здоровья не прибавится.

Вы в курсе, что в 1949 году Эгаш Мониш был удостоен Нобелевской премии по физиологии и медицине за открытие лоботомии как способа «лечения»? В середине XX века в США до 50 000 американцев и пациенты в других странах подверглись этой варварской процедуре (в мозг загоняют железный штырь и крутят им в разные стороны, чтобы разрушить белое вещество мозга). И мы не обсуждаем средневековье, мы говорим о событиях 50-х годов прошлого века, когда люди запустили спутник на орбиту! Мониша не лишили звания врача и Нобелевского лауреата, не посадили в тюрьму, просто потому, что лоботомия, какой бы ужасной она ни была, хоть и угробила кучу пациентов, но никакой принципиальной угрозы для медицинской отрасли в целом и для фармакологического бизнеса не представляла. Насколько человечество шагнуло вперед в плане технологий — создать компьютер и запустить спутник, и в то же время насколько оно было и есть отсталым в плане здоровья. Простуда до сих пор что лечится, что не лечится, все равно, как известно, длится неделю. За 70 лет ничего принципиально не изменилось: все те же заблуждения, все те же подходы к лечению — высокое понизить, низкое повысить, сомнительное — отрезать.

Вы читаете эту книгу, потому что ищете ответы. Вас не устраивает та информация, которой нас кормят, вы

---

видите или чувствуете подвох. И вы правы. Подвох есть, нас постоянно обманывают, часто сознательно, часто непреднамеренно. Поэтому нужно вникать в вопрос самостоятельно, думать, делать выводы, принимать решения, не поддаваться на провокации и не доверять категоричным заявлениям «светил науки» — как правило, они очень далеки от реальной жизни и еще дальше — от природы. Я знаю врачей, которые за всю свою врачебную карьеру после института не прочитали ни одной книги по профилю!

Врач говорит: «Вы бесплодны». А пара после этого успешно зачинает ребенка. Врач говорит: «Это инсульт, клетки мозга не восстанавливаются», а человек потом преподает йогу. Врач говорит: «У вас позвоночник перебит, вы не встанете с коляски», а человек потом становится мастером спорта по прыжкам с парашютом. Врач говорит: «Жить осталось три месяца», а люди переживают самих врачей... Таких примеров полно, когда человек не стал уподобляться тем товарищам из анекдота, а пошел своим путем и не смирился с озвученным диагнозом, приговором и сроками. Поэтому, если вы сейчас читаете эти строки, значит вы, как минимум, можете лежать, держать в руках книгу или планшет, и у вас есть все шансы избавиться от того, что вам мешает, восстановить то, что вы хотите. Главное — **не делать глупостей и не мешать природе помогать вам**. Абсолютно все клетки нашего тела обновляются, восстанавливаются, ремонтируются, заменяются новыми, какие-то быстрее, какие-то

медленнее. А значит, если убрать причину возникших изменений клеток в конкретном органе, то клетки сразу же начнут восстанавливаться.

Например, клетки эпителия желудка обновляются за 3–5 дней. Это значит, что даже если у человека 30 лет был гастрит, при устранении причины гастрита желудок за 3–5 дней полностью придет в норму, слизистая станет как новенькая и будет отлично справляться со своими функциями, никак о себе не напоминая.

Срок созревания эритроцита в костном мозге — 4–5 дней. Значит, если убрать причину анемии, то полное восстановление гемоглобина и эритроцитов произойдет за неделю, максимум две, пока эритроциты повзрослеют. То же самое касается ферритина. Временно показатели могут оказываться выше так называемой нормы, не нужно этого пугаться. А что такое норма в анализах и откуда она берется, мы разберем чуть позже.

Кто-то думает, что с возрастом память должна неизбежно страдать. Так вот, клетки участков мозга, ответственных за память, в частности клетки гиппокампа постепенно обновляются, как и остальные клетки мозга. Да, не быстро (на это уходят месяцы), но все равно обновляются. Значит возраст здесь ни при чем, и причина всевозможных ухудшений памяти, деменций, альцгеймеров и прочего совершенно в другом.

Удивлю всех, кто переживает, что когда-то посадил себе печень и теперь вынужден страдать от этого всю жизнь. Клетки печени обновляются еще

---

медленнее — 400–500 дней, зато от нее можно отрезать две трети, и печень может полностью восстановить весь клеточный объем. Скелет тоже обновляется за 5–7 лет. Даже миокард (сердечная мышца) регенерирует, хотя раньше считалось, что он, как и клетки головного мозга, на это не способен. Все обновляется. Я лично видел заключение узиста о том, что миокард в порядке и никаких нарушений не выявлено, хотя человек перенес два инфаркта миокарда и лежал в реанимации. **Все регенерирует, если устранить причину и создать благоприятные условия для восстановления.**

Быстрее всего восстанавливаются слизистые и эпидермис — от нескольких дней до 2–3 недель. Эндокринные железы чуть дольше. Мышцы быстрее, суставы чуть медленнее. Получается, что не важно, считается ли заболевание хроническим или неизлечимым или еще каким-то особенным. Все упирается либо в разрушение клеток, либо в их размножение. Клеток либо мало (атрофия, дистрофия, язва, некроз, гипофункция), либо много (опухоль, полип, дисплазия, киста, гиперфункция). Еще раз: любая болезнь — это либо рост/разрушение клеток, либо гипер/гипофункция клеток. И, как мы только что выяснили, все клетки восстанавливаются и регенерируют, а значит, при устранении причины происходящего все начнет восстанавливаться, и при отсутствии рецидивов и создании благоприятной среды организм всегда старается сделать, как было изначально, как должно быть, а в некоторых случаях, для верности, делается даже чуть сильнее, чуть устойчивее,

чуть защищенное, чтобы быть более устойчивым к подобным ситуациям в будущем.

---

Любая «болезнь» — это рост/распад клеток или усиление/ослабление функции клеток.  
И ничего больше.

---

Таким образом, определенные причины дают определенные следствия. Везде должна быть логика. Четкая закономерность была открыта по трагической случайности немецким врачом-хирургом Рике Герд Хамером. Из-за разборок с итальянской мафией пострадал Дирк, сын доктора: ему прострелили ногу. Доктор Хамер ценной невероятных усилий, используя свои связи и уважение в медицинских кругах, быстро транспортировал его в Германию и там самостоятельно оперировал много раз, пытаясь спасти поврежденную ногу. В итоге ногу пришлось ампутировать. Все это время итальянская мафия пыталась как-то сгладить ситуацию и не допустить публичной огласки, так как стрелявший был принцем — сыном последнего итальянского короля. Доктор Хамер занял категоричную позицию и не шел на уступки, намереваясь призвать стрелявшего к ответу через суд. Дирк шел на поправку без ноги, все было стабильно, доктор Хамер день и ночь сидел возле его кровати. Однажды обманом и провокацией его отвлекли

---

от сына, а когда он вернулся, Дирк был уже мертв. Доктор Хамер винил себя в его гибели, долгое время находился в трауре, а спустя какое-то время у него начало опухать левое яичко. Был поставлен диагноз «рак яичка». В палате с ним были люди с такими же диагнозами, он общался с ними и выяснил, что все они пережили какую-то болезненную утрату. Это не могло быть совпадением: доктор Хамер начал опрашивать людей с другими видами онкологии и везде находил похожие предшествующие ситуации. Так начала вырисовываться общая закономерная и логичная система, которая давала принципиально новое, революционное объяснение всем происходящим в организме человека и животных процессам. Поскольку это было чем-то новым, доктор Хамер так и назвал свое открытие — «Новая медицина». «Помогать» и «предупреждать» — отличный перевод латинскому слову «медицина», но к современной медицине, как вы понимаете, это не имеет отношения. Поэтому Хамер выбрал другое название, он подчеркнул, что это другая, новая медицина (потом оно трансформировалось в «Германскую новую медицину» (ГНМ), позже — в «Науку исцеления», а впоследствии — в «Германскую Науку Исцеления»). А мы для простоты понимания используем устоявшийся в русском языке термин «психосоматика» или «доказательная психосоматика», подчеркивая отличие от каких-то других систем.