

Олег Волошкевич. «Мифы и рифы современной медицины. В плену иллюзий и страхов»

ПРОЛОГ.

Читателя, знакомого с моей первой книгой "Гомеопатия: системный подход к здоровью" и ожидающего продолжения начатого разговора, ждет разочарование. Эта книга не о гомеопатии. Эта книга о... Впрочем, хотите притчу?

Долго человек мыкал горе. Увидев это, сжалился над ним Господь и, явившись, сказал:

- Проси чего хочешь. Я выполню любое твоё желание.

- Мне много не надо, Господи. Одной только малости прошу у тебя: адекватности.

Задумался Бог, потом молвил:

- Ты очень хитер, Двуногий. Очень. За этой, как ты говоришь, "малостью" стоит все: удача, здоровье, счастье... Легко сказать: адекватность! Иди, ищи. Как я могу дать тебе то, чего нет у меня самого?

Латинское слово "адекватность" происходит от наречия *ad-eo*, что в переводе на родной язык означает: до того, до такой степени, настолько.

Тонкая этимология этого слова вряд ли будет интересна широкой публике, но современное его значение стоит разобрать, потому что именно об адекватности будет эта книга.

Соответствие, точность, достаточность, компетентность, своевременность - так объясняют слово "адекватность" словари.

От себя добавил бы к этим определениям ещё одно: знание. Знание. То самое, которое - сила. То самое, которое раздвигает горизонты. Это вольное допущение, если его трактовать достаточно широко, надеюсь, не покажется неуместным.

Как-то в больничном саду произошёл разговор с пожилой дамой. Дело было весной, женщина под села ко мне на скамейку с целым ворохом одуванчиков, с березовыми почками в отдельном мешочке и принялась разбирать цветы. В глаза бросался темно-желтый цвет ее кожи и говорил о своей хозяйке достаточно много: она - пациентка хирургического отделения, страдает механической желтухой, но это скорее банальные камни, а не онкология, не было характерной для онкологических больных худобы. И растения она собирала явно не затем, чтобы украсить тумбочку.

- Березовые почки Вам совершенно не нужны, это лекарство для больных из урологии.

Одуванчик в Вашем положении - лекарство слабое и может усилить страдания. Поищите лучше побеги барбариса.

- Вы разбираетесь в травах?

- Не очень. Только в гомеопатии.

- А что это такое?

Сколько раз меня ставил в тупик этот вопрос: "А что это такое?"

Что такое гомеопатия? Отвечать дежурными фразами, что де это такая параллельная медицина, вторая половинка терапии, лечит природными веществами в микродозах - значит не ответить вообще. Человек страдает, ждет травматичной операции, уже отчаялся, не видит иных путей - и что ей сейчас все эти велеречивые разговоры о преимуществах одного метода перед другим? У нее другой вопрос в глазах:

- А ты в состоянии мне помочь?

Сломать устоявшиеся за годы ее жизни стереотипы я, может быть, и сломаю, отговорю от операции, а вот новые не создам. Новые стереотипы тоже годами складываются. Лучше - когда с молоком матери всасываются. И времени в данном случае на это категорически нет. Так имею ли я право?

- Устанете ходить по врачам, придете к гомеопату.

Мы еще долго говорили о жизни, о здоровье, о медицине, о травах...

К гомеопату она не пришла: не перенесла операции. Но случай этот остался в памяти, сидит и по сей день зудящей занозой как пример глупейшей несправедливости, случившейся с человеком. По чьей вине? Это уже праздный вопрос. Вообще неуместно ставить его в такой плоскости: кто виноват? Все бы нам виновных искать, да ответил бы кто еще на такой же больной вопрос: что делать?..

По жестокому счету - а жизнь нам других не выставляет - этот печальный финал в жизни моей собеседницы был заранее предопределен всей цепочкой ее собственной жизни, ее отношением к своему здоровью и внешнему миру, к знаниям и возможностям, которыми этот мир располагает, - словом, всем тем, что коротко и емко характеризуется как мировоззрение.

Мировоззрение ее было попросту неадекватным. Не поведение, нет - с этой стороны она была во всех отношениях милой, приятной женщиной. Но была в ней, сквозила эта извечная русская растерянность, потерянности маленького человека в большом мире, детская невысказанная надежда, что кто-нибудь большой и умный возьмет за руку и поведет ее по жизни к здоровью и счастью.

Комплекс Золушки, сказка про принца на белом коне...

Попросту - мир иллюзий и воистину неадекватного отношения к действительности!

Дзен-буддисты прямо утверждают, что каждый сам отвечает за свою судьбу с рождения. Можно при некотором избытке сарказма чуть-чуть сместить акценты и обрушиться на медицину и медиков, проводивших операцию. Но при чем, спрашивается, здесь медицина и хирурги, которым довелось пережить смерть пациентки и которые наверняка сделали для нее все, что было в их силах? Медицина всегда была служанкой общественных интересов и господствующей идеологии. Угодно вам полагать, что бородавку следует удалить ножом в косметологической лечебнице, а понос немедленно подавить "Имодиумом", потому что через полчаса совещание - ваше право, медицина к вашим услугам. И не ищите потом виноватых. Лучше чем Авессалом Подводный на эту тему никто не высказывался: "Ругать медицину - занятие хотя и общепринятое, но совершенно бессмысленное. Какая у человечества карма, такие и врачи...". Что медицина, что педагогика - никогда не имели решающего голоса в нашем менталитете, в обществе. В лучшем случае этот голос был совещательным. И пусть он пока таким остается, как ни странно это звучит на фоне патетического вступления. Тот идеологический разброд, что царит нынче в умах коллег, в академических медицинских науках, на большее пока не тянет. Адекватную позицию в жизни волей-неволей каждому приходится отыскивать самостоятельно. Процесс сложный, особенно для неопита, но не безнадежный и по-своему увлекательный и прекрасный. Это, может быть, как раз тот случай, когда процесс не менее важен, чем результат. Читать, думать, сравнивать, анализировать... и, конечно же, сомневаться. Сомнение - единственный более-менее надежный инструмент на пути познания. Сомнение движет идеи. И мир этот Бог зачал, однажды усомнившись... Автору такое отношение к собственным истинам со стороны читателя в любом случае симпатичнее восторженного обожания либо бессмысленного постулирования с ярлыком "последняя инстанция".

Бытие все построено на парадоксах. Быть может для того, чтобы человек не полагал себя Богом, чтобы, сталкиваясь раз за разом с вещами, не вмещающимися в его узкую парадигму, он каждый раз пересматривал заново и саму парадигму, и свое отношение к ней. Богом себя мнит фанат, одержимый, и на мой циничный взгляд, чем меньше у такого типа серого вещества, тем отчетливее его позиция, тем категоричнее суждения. Именно одержимость, заикленность характеризуют этот типаж, и любая идея, имевшая несчастье посетить пределы его черепной коробки, моментально обретает у него статус сверхценной.

Пока человек находится в свободном поиске, он открыт для всего нового. Как только он посчитает, что нашел искомое, этот путь оказывается для него закрыт: из вектора он

становится единицей, из аморфного раствора выпадает в осадок, из мира вечной игры шагает в мир форм и остывших болванок.

Истина в последней инстанции всегда дурно пахнет.

Так что, читатель, посомневаемся на страницах этой книги вместе. Только всякое движение должно иметь цель и цели этой когда-нибудь достигнуть... Чтобы потом, засомневавшись, снова тронуться в путь. Иначе - бессмыслица и топтание на месте.

Эта книга написана врачом-гомеопатом, но не о гомеопатии и не о преимуществах одной отдельно взятой методики перед прочими. Есть иные подходы к здоровью, не укладывающиеся в рамки понятия "методика", и этот подход лучше всего обозначить другими словами: образ жизни, мировоззрение. Мировоззрение человека должно быть адекватным - иначе ему просто не выжить в нашем мире, потому что у слова "адекватность" есть еще одно значение: истинность.

Посвятить эту книгу я хотел бы всем пациентам: в роли пациента рано или поздно побываем мы все. И опять-таки, пациент пациенту - рознь. Есть люди, которые хотят быть здоровыми, а есть ? кому нравится ходить по врачам, дабы не потерять окончательно чувства собственной значимости и некоторого - сомнительного, впрочем - почтения со стороны ближайшего окружения. Последних, как это ни смешно, большинство, и им книгу я не адресую однозначно. Ни в чем убедить таких невозможно, а в том, что мир ни к черту не годится только потому, что недостаточно нежен с ними - они сами убедят кого угодно.

Если человек лезет под трамвай, не стоит ему мешать. Из горького опыта. Ребенка можно и нужно остановить: дети неадекватны в силу возраста - но не взрослого.

Недавно один полковник посмотрел на меня как на блаженненького, когда я сказал, что все болезни начинаются в голове. И лишний раз у меня возникло сомнение: не слишком ли я тороплюсь со своими "хорошо забытыми" лекциями? Сознание среднестатистического гражданина явно не готово к приему такой информации. По-хорошему, такого гражданина следует для начала родить заново и уж наверняка на первых порах его жизни дать в провозятые иных учителей. Или - опрофанить текст до уровня беседы о вреде пьянства. Чего я делать не стану принципиально, потому как очень надеюсь найти своего образованного и гуманного читателя.

Здоровье - это прежде всего знание. Как говорил Конфуций: "Можно заставить народ повиноваться, но нельзя заставить народ знать".

Предоставим каждого своей судьбе. В конце концов, единственно доброго, что мы можем сделать в этой жизни ? это дать ближнему возможность жить, как он живет. Имеющий уши...

МИФ ПЕРВЫЙ. МИКРОБЫ.

"Микроб - существо нежное, от грязидохнет". Из студенческого фольклора.

Студенческий юмор на истину в последней инстанции не тянет. Но вот другое мнение, упорно и без тени юмора внушаемое нам всем:

- Мыло "Сэйфгард" - друг и защитник вашей семьи. Двух истин в одном решении, как известно, не бывает. И, поскольку вопрос живо (живее не придумаешь) касается нас всех, попытаемся еще раз непредвзято взглянуть на проблему.

С одной стороны, наши предки, не имея микроскопа, даже не предполагали, в каком мире, населенном кровожадными микробами, они живут. Жили себе и жили: детей рожали в поле; в бою, не стесняясь, заклеивали раны землицей, смоченной слюной; за трапезу садились, даже не задумываясь о грязи на руках...

Можно мне возразить, что жили предки недолго, средняя продолжительность жизни едва ли тридцать лет составляла. И мор подчистую другой раз селения выкашивал.

Согласен. Но вот еще картинка. Перед нами антипод нашего предка - Гомо Современный,

типичный "белый воротничок", треть своей жизни проводящий в замкнутом служебном помещении с кондиционированным воздухом, другие две трети - в тесной городской квартирке; человек, с детства наспигованный вакцинами от мыслимых и немыслимых болезней и не знающий, с какой стороны подойти к лопате; человек, вся дневная физическая нагрузка которого сводится к тому, чтобы рысью пробежаться на ковер к шефу, посуетить локтями в общественном транспорте да вынести из квартиры ведро с мусором; человек, не мыслящий себя без завтрака, обеда и ужина, со стойкой импотенцией и обозначившейся лысиной к 35 годам; человек, у которого дурно пахнет изо рта, если он не пожует "Орбит", и из подмышек, если он не примет утром душ...

Образно говоря, мы еще совсем недавно прыгали по деревьям и цеплялись хвостами за ветки. Если весь эволюционный путь человека развернуть в виде метра, то эпоха Человека Разумного, эпоха нашей цивилизации займет на этой линейке едва ли миллиметр. И за этот "миллиметр" радикально перестроиться мы никак не могли - разве что хвосты потеряли. Природа человека осталась прежней: активной, деятельной, рассчитанной на экстремальные нагрузки и плотный контакт со всеми силами планеты, биосферы и космоса. И здесь двух мнений быть не может: либо ты реализуешь заложенный в тебе потенциал в соответствии с его предназначением, либо он обернется против тебя.

Отношение Гомо современного к слову "микроб" только отрицательное. Вместе с тем видовое разнообразие микромира планеты превосходит видовое разнообразие мира растительного и животного. Можно предположить, что микромир - это гигантский оперативный блок памяти Биосферы, те невидимые глазу клавиши, что определяют лицо планеты, тот цемент, что скрепляет живой мир воедино. Пример тому - повальные эпидемии в определенные периоды солнечной активности, после которых неузнаваемо менялась экономическая и политическая география целых континентов.

Можно с долей уверенности констатировать, что жизнь на планете - это прежде всего ее микромир, что без микромира жизнь немыслима вообще.

Сотни видов "добрых" микроорганизмов выстилают поверхность наших слизистых, кожи, помогают нам жить, снабжая организм витаминами, микроэлементами. Мы так устроены. На этом гармоничном единстве макроорганизма с микробами держится наше здоровье, и по-другому в этом мире просто не бывает.

Это - так называемая сапрофитная флора в отличие от безусловно патогенной, способной при своем внедрении в организм вызвать болезнь. Каждый вид сапрофитных микроорганизмов выполняет в организме хозяина свою строго очерченную функцию и занимает строго отведенное ему место - свою экологическую нишу. Скажем, кишечной палочке нечего делать в половых путях либо на коже - ее место в кишечнике.

Наука экология сравнительно молода. Придумали ее биологи, в прикладном медицинском аспекте, насколько мне известно, ею еще никто не занимался, до практического врача, во всяком случае, понятие биоценоза, его жизненной важности для здоровья еще не дошло. Фигурирует некое расплывчатое понятие дисбактериоза в случае кишечных недомоганий. Связи и последствия дисбактериоза на других уровнях, в других системах не отслежены вообще.

Патогенной микрофлоре экологической ниши в организме не уготовано. Внедряется в организм и паразитирует такая флора, только если ей эту нишу освободили - в результате конкурентной борьбы с сапрофитами. И здесь проблема соседства с микромиром открывается нам в совершенно новом ракурсе.

Микробы живут вокруг нас, ежеминутно и ежесекундно человек контактирует с микромиром. С каждым вдохом мы получаем тысячи и миллионы как полезных, так и вредных микробов; взявшись за дверную ручку, мы целые колонии этих существ оставляем на своей коже, и так далее, и так далее. Стафилококк, микробактерии туберкулеза, дизентерийная палочка, столбнячная палочка... Имя им - легион, все не перечислишь.

И сразу возникает вопрос: почему кто-то заболевает после таких контактов, а кто-то до

конца своих дней не подозревает о существовании микробов?

С детства нам впиливают в голову мысль, что руки следует мыть перед едой, ранку смазать йодом и почистить зубы на ночь. С детства нас пугают глистами, эпидемией гриппа и микробами ботулизма...

Страх - сильнейший мотивирующий фактор, и вполне понятно, что мы безоговорочно верим всем этим страшилкам.

Но вот парадокс: хозяйка-чистюля, у которой на кухне не то что таракана - пятнышка не встретишь! - не может избавиться от прыщей или сваливается в инфекционное отделение с тяжелейшим гепатитом (который, как известно, является болезнью грязных рук), а у ее детей без конца высевают гельминты...

Другой парадокс - уже из специальной литературы по гомеопатии: больной с сифилитической наследственностью без конца моет руки. Симптом ключевой и работает при диагностике безотказно, проверено.

Еще одна картинка: одного из своих пациентов как-то сразу после Нового года застаю дома с марлевой повязкой на лице:

- Жена гриппом заболела...

И хотелось бы прокомментировать ситуацию, да смех разбирает.

Мы все находимся на одной планете, дышим одним воздухом, топчем одни и те же тротуары - после такого "открытия" любому становится понятным, что всякий страх заразиться гриппом, лепрой или туберкулезом обоснован не более чем страх ребенка перед серым волком из сказки на ночь.

Есть такая вероятность, несомненно. Равно как и вероятность землетрясения, падения астероида или цунами. Нет и не может быть на Земле безопасных уголков, где человеку никогда ничего не грозило бы. Эпидемии, война микро и макромиров - стихийное бедствие из того же ряда.

Есть расхожее мнение: чего боишься, от того и помрешь... Впрочем, я забегаю вперед, поговорим об этом чуть позже. Сейчас - о распространенных заблуждениях и целых индустриях - фармацевтической и медицинской - эти заблуждения активно формирующих и поддерживающих. За примером далеко ходить не нужно: навязывая уже в зубах телереклама мыла "Сэйфгард", убивающего ВСЕХ микробов.

Что значит убить ВСЕХ микробов на своей коже? Ответ: это значит остаться абсолютно беззащитным на несколько часов перед агрессивными факторами биосферы - перед той же патогенной флорой.

Антибиотик не разбирает, где свой, а где чужой микроб - косит всех подряд. После "Сэйфгарда" у вас совершенно стерильная кожа - чем не экологическая ниша для любой дряни?

До стерилизации ваши собственные сапрофиты надежнее любого "Хло-ринола" и "Сэйфгарда" выполняли защитную, барьерную функцию перед лицом атак со стороны патогенных микробов: "Это наша территория, чужакам здесь делать нечего!"

Чистота нужна везде и во всем, стерильность - только в операционной. Если у кого есть знакомые из хирургов, пообщайтесь с ними на эту тему, узнаете много интересного для себя, в частности, чем заканчивается многолетнее мытье рук дезинфицирующими растворами.

Человеческий гений пока еще не дорос до безмикробной формы жизни. В условиях планеты Земля, где жизнь возможна только в гармоничном единстве микро и макромира, выбор у нас невелик: либо мы бережем это единство, либо противопоставляем себя ему и оказываемся перед ним безоружны.

Я не открыл Америки, подобные истины давно известны, тем более они известны специалистам: медикам и фармакологам, от которых эти новинки исходят.

Природа задумала человека великолепно, задумала, не противопоставляя его всем ЭНЕРГИЯМ (стихиям, динамическим полям, или факторам - назовите, как хотите) окружающего мира, а в глубоком (боюсь, что всей глубины мы еще близко не знаем)

единстве с ними - КАК ГАРМОНИЧНУЮ СОСТАВЛЯЮЩУЮ этого мира, и никак иначе. Иначе - это мир болезней и вырождения. Давайте снимем, милостивые государи, розовые очки и попытаемся взглянуть на окружающий мир и свое место в нем непредвзято. Ложный (неадекватный, если хотите) тезис "человек - царь природы" заводит понемногу цивилизацию в тупик. Беспардонное отношение к живому и неживому миру планеты, к собственной природе, основанное на сомнительных послылках сомнительных авторитетов бьет уже эту цивилизацию наотмашь. Сегодня царь, завтра самый жалкий раб - две стороны одной медали, знаете ли...

Цивилизация, цивилизованность, культура, в конце концов - это, прежде всего, разумное и доброе соседство со всеми энергиями планеты и космоса, в том числе и энергиями патогенными. Глупость - противопоставлять свою персону (персоны) остальному миру. Мир все равно сильнее, и последнее слово останется за ним. Это не месть с его стороны (пусть это примитивное понятие целиком остается в сфере человеческих отношений), - это элементарная физика: действие равно противодействию. С какой силой моя глупость вторгается в мир, с такой силой он, мир, даст мне ответ в виде весомой оплеухи по здоровью. Благие намерения, не подкрепленные основательными знаниями о природе вещей, как известно, ведут в известное место.

Скажем, такая банальная гигиеническая процедура как мытье. Добро это или зло?

Против ежедневных купаний в природных водоемах в любое время года либо холодных обливаний под душем возразить нечего. Ежедневный горячий душ, ванна с мочалкой и мылом - уже противоестественны. Причина все та же: горячая вода вкупе с химикатами, содержащимися в куске любого мыла нарушают кислотно-щелочной баланс кожных покровов, а следовательно - и микробный баланс.

Мамы обычно с недоверием воспринимают информацию, что не стоит ежедневно подмывать девочек - два-три раза в неделю, и упаси Бог от соды, мыла или марганцовки! Приходится объяснять, что такое естественная флора, ее значение для здоровья (взрослых это, кстати, тоже касается), как излишнее рвение и постоянное вмешательство в дела организма этому здоровью вредят, и какую бомбу замедленного действия готовит ребенку на будущее такая родительская забота.

Природа уже позаботилась за нас о чистоте самых интимных уголков тела. И хорошо позаботилась. А отличное, как известно, враг хорошего.

Попахивает от ребенка, бели или еще какие мелкие проблемки - это повод задуматься вашему семейному врачу-гомеопату, но никак не повод для ежедневных подмываний насыщенным раствором антимикробных средств.

Неудивительно, когда у таких детей рано формируется восходящий пиелонефрит (тяжелое заболевание почек) или цистит. Банальная ситуация: ребенок попадает в условия, где и день, и два у него нет возможности подмыться - скажем, пошли с классом в поход - и проблема гарантирована: от легкого раздражения, мешающего ребенку ходить, до серьезного воспаления половых и мочевыводящих путей. С такими случаями любой врач сталкивается в своей практике регулярно.

Еще одно распространенное заблуждение, почему-то упорно поддерживаемое гинекологами: бели как следствие инфекции. Мойтесь марганцовкой, вводите свечи с антибиотиками...

МИФ ВТОРОЙ. Обмен веществ.

"Колгейт" - друг и защитник вашей семьи. Из телерекламы.

Хирурги на лекциях всегда с недоверием воспринимают информацию о лечении традиционно хирургических, казалось бы, заболеваний консервативным путем - все теми же гомеопатическими препаратами. К примеру, грыжа, тем более ущемленная, воспринимается как исключительно хирургическая патология. Такой взгляд давно уже

стал традиционным и не вызывает возражений со стороны терапевтов.

Все так. Если не знать, что стоит за этой патологией. Патологическая анатомия и патологическая физиология не раскрывают механизма грыжеобразования далее ослабления мышечного кольца. Соответственно и врач ориентируется со своей тактикой на оперативное вмешательство: ну, ослабло и ослабло - лишнее вырежем, кольцо ушьем, делов-то!..

Гомеопат за внешней картинкой грыжевого выпячивания прослеживает нарушение обмена конкретного элемента (мышцы, знаете ли, просто так не слабнут), за которым, как правило, стоит неканализованная конкретная патогенная энергия (чаще всего страх - холод, сырой холод - чисто ИНЬские подарочки), позади которых грозно маячит контур наследственного миазма.

Как вы думаете, каков механизм "бабушкиных заговоров" при грыже у младенца? Чаще в детской практике при этом заболевании срабатывает такой гомеопатический препарат как ОПИУМ, он же чаще всего применяется у нас и при детских испугах. Если об этом препарате располагать только стандартной информацией о его принадлежности к группе сильнейших наркотиков и напрочь отмести принципы гомеопатического подхода к лечению, можно с пафосом сморозить какую-нибудь глупость и обвинить гомеопатов во всех тяжких. А можно, немного приоткрыв дверь в тему обмена веществ, убедиться, что растительный препарат ОПИУМ является аналогом вырабатываемых в мозгу животных и человека гормонов удовольствия - эндорфинов - и попытаться выстроить причинно-следственную цепочку заболевания.

Гомеопатический препарат опиум регулирует в виводинамике обмен эндорфинов. Значит, можно сделать вывод, обмен именно этого гормона у младенца уязвим при испуге и при воздействии некоторых погодных факторов, и, по-видимому, на обмен эндорфинов замыкаются механизмы, отвечающие за тонус мышц.

Бабушкины нашептывания каким-то образом - каким именно, не знаю - регулируют обмен гормона удовольствия. Примеры исцеления такого рода видел лично и отношусь к бабушкам-шептуньям после этого с подобающим уважением. Если методика работает, отмахиваться от нее недальновидно. В любом случае заговоры и пришептывания предпочтительнее травматичной операции.

Вернемся, впрочем, к теме. Есть такое понятие в теории живых систем, как обратная связь. Все в организме теснейшим образом взаимосвязано, нет ничего лишнего, одно определяет другое и наоборот, нет звеньев главных и второстепенных: человек - это единое целое. Понятным поэтому становится, что в конечном счете не суть важно на каком этапе, в каком звене мы вмешались в интимные дела организма - результат может быть одинаков. Нерациональное применение антибиотиков, убивая сапрофитную флору, формирует дисбактериоз; как следствие - устойчивое поражение конкретных звеньев обмена - запредельное торможение отвечающих за этот обмен центров в коре - и расчищена дорожка для извращенного типа реагирования на конкретный раздражитель, дорожка для конкретной болезни.

А можно по-другому: сильная эмоция блокирует все те же центры, за чем следует нарушение обмена "подведомственных" этим центрам элементов, что влечет за собой автоматически дисбактериоз, образование зияющих ниш и заселение их уже патогенной живностью, не только микробами, но и грибами, дрожжами, простейшими, глистами. Заселение идет не вопреки, а согласно с принципом целесообразности, с той лишь небольшой поправкой, что в каждом конкретном случае целесообразность как понятие, выходящее далеко за рамки не только телесной оболочки человека, но и за видовые рамки, понимается организмом ли, природой (не станем копать) по-разному.

Сколько раз доводилось наблюдать, как после глистогонных состояние ребенка вместо ожидаемого улучшения ухудшалось. Смею предположить на этом основании, что при извращенном типе реагирования в организме именно такая ИЗВРАЩЕННАЯ ФЛОРА-ФАУНА ВЫПОЛНЯЕТ РОЛЬ НЕДОСТАЮЩИХ САПРОФИТОВ, т.е. хоть как-то

помогает организму выжить в условиях непрерывных атак со стороны внешней среды, снабжает его недостающими веществами, поддерживает баланс гомеостаза.

Организм идет на симбиоз с чуждыми ему формами жизни (грибы, глисты) по-видимому, для того, чтобы восполнить дефицит специфического для этой формы *динамизированного* микроэлемента, который он сам динамизировать, а значит полноценно усвоить, кооптировать в виводинамику не в состоянии.

Ну, а попутно: зуд в заднем проходе и половых путях, дурной сон и повышенная раздражительность, падение веса и неважный аппетит - на то он и извращенный тип реагирования, без издержек не бывает. Не нравится - извольте вернуться к норме. Извращенных вариантов реагирования масса, норма - всегда одна. Это: полностью сбалансированный обмен всех веществ в организме (недостижимый без рационального питания); отсутствие блоков в коре головного мозга (что предполагает отсутствие, прежде всего, отрицательных мыслей и эмоций) - своего рода психогигиена сознания, основные положения которой давно оформлены в ведущих религиях мира; отсутствие пустующих экологических ниш....

Перечислять все нюансы нормы здоровья в этой популярной книжке просто неуместно. Никто, кроме специалистов, эти нюансы в жизни не отслеживает. И правильно делает. Для повседневной жизни есть другие критерии, на них и стоит ориентироваться. Клинические критерии здоровья имеют узкоприкладное значение и неприменимы к его идеалу даже в опосредованном варианте. Врач фиксирует прекрасное артериальное давление, жизненную емкость легких, а человек не может отделаться от мысли о суициде. Замечательная формула крови, в норме печеночные пробы, естественные отправления, а человек готовит взрыв жилого дома. Это не здоровье, это настоящая патология. Если, проснувшись поутру, вам первым делом хочется взяться за автомат и идти разбираться к соседу (в Думу, в Чечню...), - поищите у себя для начала глисты и запишитесь на прием. Здоровый человек воевать не пойдет однозначно.

Еще один пример, нередкий в наши дни: на приеме женщина с уреаплазмозом (хламидиозом, трихинеллезом - неважно), естественно, молодая, естественно, страдающая бесплодием и желающая иметь детей; женщина, уже обежавшая всех специалистов, прошедшая мыслимые и немыслимые виды обследования, напичканная антибиотиками, антигрибковыми и противопаразитарными препаратами так, что это отражается на ее душевном самочувствии: срывается на близких, раздражается от пустяков, плачет, просыпается в 4-5 утра и весь день страдает вялостью, слабостью - словом, типичная жертва наших типичных профессиональных заблуждений.

Нужен месяц, три, полгода, год, чтобы привести ее самочувствие к исходным значениям, и большую часть этого времени тратишь на то, чтобы снять последствия нерациональной терапии, последствия медикаментозного отравления.

Незаметно, исподволь восстанавливается нормальный обмен веществ, нормализуется сон, исчезает вялость, и в какой-то момент она приносит чистые результаты мазков от гинеколога, а чуть позже сообщает, едва сдерживая радость, что забеременела...

Проходит еще немного времени, и дама, забыв уже всю череду своих мытарств, с каким-то сомнением в голосе спрашивает:

- Я наверно сама выздоровела?

- Конечно сама, милая. Мои пилюли не лечат, они только подсказывают организму, что и когда сделать, чтобы выздороветь. Организм себя лечит сам.

Наблюдая за ходом выздоровления таких пациентов, поневоле чертыхнешься и задашься риторическим вопросом: "Зачем вообще нужно было тратить шесть лет на учебу, если потом пришлось полностью заново переучиваться? И почему за двести лет существования гомеопатии у коллег не открылись на нее глаза?"

Вопросы, достойные скорее пылкого и нетерпеливого второклассника, а не зрелого, умудренного опытом и жизнью доктора, каковым я вижу себя по утрам в зеркале.

Этот простой и прекрасный мир, оказывается, совсем прост. И цеховые разногласия, что

царят среди докторов разного толка, лишь отражают те разногласия, что присутствуют в любой голове любого из нас.

Фундаментальные науки, а следом и науки прикладные идут в струе общественных запросов. Атомная бомба была изобретена не прежде, чем человеческое зло разрядилось двумя мировыми войнами. И медицинские науки не прежде станут науками, чем сообщество разумных этого востребует.

Человек - производное двух людей по минимуму и всего человеческого генофонда за долгую историю по максимуму. Личность каждого из нас по этой причине выполнена самыми неожиданными напластованиями: от злодеев до святых - всех наших предков - в нас есть все. И попробуй подвести черту под общечеловеческими: религиозными, политическими, национальными, культурными разногласиями, когда другой раз в собственной душе не можешь отыскать единый знаменатель!

У истины нет лица, или их слишком много. А можно по-другому: все сущее в этом мире истинно. Включая сюда и заблуждения, и ошибки, и сознательное зло... Тогда нужно просто принять мир таким, каков он есть?

Вернемся к нашей беременной пациентке и откроем для себя еще одну маленькую истину: после лечения у гомеопата она забудет о подобных проблемах на всю оставшуюся жизнь, вторично той же инфекцией она не заболит.

Здесь мы сталкиваемся с малоисследованным пока феноменом живых систем, выходящим за рамки специфического понятия "иммунитет": **ПОЛНОСТЬЮ ОТРАБОТАННЫЙ АЛГОРИТМ КАНАЛИЗИРОВАНИЯ ПАТОГЕННОЙ ЭНЕРГИИ ВТОРИЧНО НЕ БЛОКИРУЕТСЯ.**

Не потому ли, что одного страха дважды не бояться?

В первой книге я заикнулся о том, что ребенку с менингитом первым делом пропишу дозу антибиотиков, и только во-вторых стану подбирать гомеопатический препарат.

Критическая ситуация есть критическая ситуация. Корректировать обмен веществ здесь просто неуместно. Даже при правильно подобранном препарате обмен у всех людей корректируется по-разному, с разной скоростью: кто-то ответит моментально, а если силы организма недостаточны, истощены вследствие болезни, возраста, неадекватного образа жизни или питания - ответа на гомеопатические пилюли можно ждать днями, неделями или не дожидаться совсем. Выздоровление - процесс энергоемкий, и скорость этого процесса согласно законам физики напрямую будет соотноситься с затраченными усилиями.

Поэтому остаюсь при своем мнении (не все коллеги-гомеопаты его разделяют), что и гомеопатия, и клиническая медицина должны каждая знать свое место. Первой - лечение хронических состояний, второй - состояний неотложных и острых, если гомеопат не в состоянии справиться с ситуацией.

И все-таки: бесконтрольное применение антибиотиков несет с собой весомую и вполне реальную угрозу. Без преувеличения: антибиотики лечат человека и губят человечество. Аллергии, трудно поддающиеся терапии болезни кожи, эпидемия психозов, агрессивных и аутоагрессивных настроений в обществе - это далеко не полный перечень проблем цивилизации, за которыми маячит призрак антибиотика со своим постоянным спутником дисбактериозом. И массовой вакцинацией населения - определенно.

Человек не может жить вне контакта с окружающим миром. Уберите всех микробов, и человек погибнет моментально. Уберите зелень и кислород - человек погибнет моментально.... Человек - разумный он или бестолковый, неважно - должен дышать, пить, питаться, передвигаться по какой-то тверди. Поневоле напрашивается вывод, что этот мир гораздо добрее к нам, нежели мы к нему.

В целом тема обмена веществ остается одной из самых туманных в медицине, медицине не только клинической, но и гомеопатической. Что там с чем обменивается и куда потом девается - такими категориями практический врач пока не мыслит. Ожирение или резкая худоба - да, здесь заходит речь об обмене, хотя в этом случае уместнее говорить не об

обмене веществ, а об ускорении или замедлении энергетических процессов в организме. Мы уже говорили, что все фрагменты нашей вещественной "мозаики" попадают в организм с пищей. Для конкретной клетки (речь идет о клетках нервной ткани как наиболее уязвимых), получающей все необходимые для жизнедеятельности вещества с током крови, совершенно неважно при этом, много или мало конкретного элемента ей предлагается. Клетке для усвоения необходим баланс, норма. В противном случае клетка будет голодать. При дефиците элемента в крови понятен будет и дефицит этого элемента в клетке. При избытке складывается явно парадоксальная ситуация: усвояемость клеткой избыточных питательных веществ, микроэлементов, витаминов попросту блокируется на уровне клеточной мембраны. Клетка предпочитает голодать, нежели быть отравленной веществом. Ситуация не меняется, даже если концентрация элемента в крови падает: в распоряжении живой системы механизмов, способных снять запредельное торможение с клеточной мембраны, практически нет. Почему практически? Потому что в принципе они есть. Это полноценный сон и голодание. Но многие ли из нас могут похвастать хорошим сном? Или способностью поголодать? Для Гомо современного первое становится недоступной роскошью, а второе - попросту пугает. Искусственные механизмы (повторяюсь) - это гомеопатия и Чжень-цзю терапия. Есть еще один механизм, как пропихнуть в голодающую клетку недостающие ей вещества и заставить ее работать на износ, в предельном режиме - механизм с точки зрения нормальной физиологии попросту изуверский. И с него мы начнем "разбор полетов".

МИФ ТРЕТИЙ БОЛЕЗНЬ НУЖНО ЛЕЧИТЬ.

*"Будем лечить пациента или пусть живет?"
Из анекдота.*

Совсем свежая трагедия, рассказанная пациенткой: в семье ее знакомых умерла от ветрянки, осложнившейся менингитом, семилетняя девочка. Я не знал ни этой семьи, ни ребенка. Не знаю, кто и как ее лечил. Знаю одно: лечили неверно, что и спровоцировало осложнение. Течение болезни, тем более имеющей в своем патогенезе кожные сыпи, само по себе никогда не повернет вспять и не кинется с кожи на мягкие мозговые оболочки.

Не хочется бросать камни в коллег, сам был педиатром, сам рекомендовал обрабатывать высыпания на коже при ветрянке краской Кастеллани, фуксином... Лишь спустя пятнадцать лет после окончания института я впервые услышал имя Константина Геринга, выдающегося ученого середины XIX века, и сформулированный им закон. Когда-нибудь (надеюсь увидеть это до очередной реинкарнации) закон Геринга золотыми буквами будет написан на фронтоне всякого учебного заведения, дерзнувшего назвать себя медицинским:

ИСТИННОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ ИДЕТ ИЗНУТРИ НАРУЖУ, СВЕРХУ ВНИЗ, ОТ БОЛЕЕ ВАЖНЫХ ОРГАНОВ К МЕНЕЕ ВАЖНЫМ, ОТ ПОЗДНИХ СИМПТОМОВ - К БОЛЕЕ РАННИМ.

За этими строчками, дорогой мой читатель, опыт поколений и все величие человеческого гения, сумевшего прозреть единую истину в мутных водах многочисленных страданий. Правило это означает лишь то, что пути болезни, пути канализирования патогенного начала предопределены самой природой.

В начале семидесятых во Владивостокском мединституте погиб студент. История все та же: выдавленный прыщ - менингит. Преподаватель, рассказавший нам этот случай, объяснял его просто: богатая кровеносная сеть лица напрямую сообщается с сосудами мозга, гнойная пульпа прыща таким путем попала в мозг и вызвала менингит... Другими словами - несчастный случай, се ля ви!

И до сих пор мы - и врачи, и пациенты - склонны рассматривать любую болезнь как

несчастный случай. Сломала бабушка лодыжку на гололеде, или ее супруг много лет мучается спастическим колитом - неважно, все это несчастные случаи.

С прилагательным "несчастный" согласен, существительное в этой формуле будет уместно другое: закономерность. Болезнь - закономерность. Нет в этом мире случайностей, простите, что повторяюсь. Все, что с нами происходит, имеет глубочайшую подоплеку. И выбор для нас невелик: либо мы и дальше будем закрывать глаза на очевидные истины и полегоньку деградировать и вымирать, либо попытаемся понять, признать закономерности и может быть что-то исправить...

Здоровье и болезнь - единое целое, как опять-таки две стороны одной медали, как феномен и ноумен. Пока здоровье феноменально, болезнь в ноумене. И наоборот.

В парадигму материализма ноуменальный мир не вписывается никак, мы уж говорили об этом. Это - мир возможностей, мир выбора. Каждую секунду своей жизни человек стоит перед выбором: свернуть налево или направо, купить духи или цветы, встать пораньше или поваляться в постели, простить или ударить, понять или обидеться, заболеть или остаться здоровым...

Другими словами, каждый из нас сам тянет нить своего бытия, сам решает, куда ему дальше идти, и какие еще события на эту нить нанизать. Болезнь здесь - не исключение. Если заболел, наткнулся на "несчастный случай", значит, где-то твой выбор был неверен. Не следует в таком контексте рассматривать болезнь как фатальное неизбежное зло. От ложного выбора никто не застрахован, и здесь мне только остается согласиться со словами священника, говорившего в приватной беседе, в общем-то, прописные и такие неординарные истины, что посредством болезни Господь остерегает нас от зла куда большего!

Всякому неверному шагу на жизненном пути предшествует звоночек - знак, который мы не хотим замечать либо не умеем читать. Болезнь - это уже следующий этап как реакция на наше неумение и нежелание.

Врач может вылечить, но человек, не осознавший прошлых ошибок, обречен снова и снова наступать на те же грабли, никакой врач от такого положения дел уже не спасет. Болезнь закономерна. Все, что с нами происходит - закономерный результат прожитой жизни. И когда это случилось, главное - не паниковать и не суесться; для начала, может быть, стоит остановиться и задуматься: где я, собственно, был не прав? И только потом определяться с тактикой и стратегией выздоровления.

Кожные проявления бывают подчас мучительны, доставляют пациентам массу страданий душевного и физического свойства. И все-таки: **КОЖНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ - ЭТО НАИМЕНЕЕ ДРАМАТИЧНЫЙ ВАРИАНТ БОЛЕЗНИ.** Все, что высыпает на коже - благо. Согласно закону Геринга. А значит и процедуры, направленные на подавление кожных недомоганий, следует в этом контексте рассматривать как порочную тактику.

Герпес на губе, смазанный "Зовираксом", исчезает только с губы и пробивает себе брешь где-нибудь в другом месте. Если в результате лечения "вылечен" псориаз и появляются боли в сердце, значит врач не нашел истинное лекарство. Проходит тугоподвижность суставов, и усиливается одышка при физической нагрузке - плохо. Рубцуется язва двенадцатиперстной кишки, и возникает тревожность, плаксивость с суицидальными настроениями - совсем плохо. Это - не лечение. Это - медикаментозная трансформация процесса, "гоняние болезни с места на место".

Истинное исцеление возможно только на путях, обозначенных законом Геринга. Другого не дано. Закон Геринга универсален и не зависит ни от диагноза, ни от тяжести состояния. На первом этапе лечения гомеопатией иногда возникают лекарственные обострения, что подчас пугает больных. И здесь важно не испугаться, не допустить суеты самому врачу.

- Доктор, третий день болит желудок.

- А как ваша бессонница?

- Удивительное дело, сплю до утра, как убитый!

- Тогда все идет своим чередом. Потерпите.

Приведенный диалог - прямая иллюстрация к закону Геринга: "...сверху вниз, от более важных органов к менее важным..." Душевное состояние пациента, его психические функции приоритетны всегда, какие бы соматические обострения ни сопутствовали этому процессу. Все болезни от нервов, если помните... Обострение появится и исчезнет. Целительный эффект останется навсегда. Если ему не мешать. Еще Ганеман предупреждал: "Дал дозу и жди!" Только при стойком ухудшении самочувствия можно повторить прием лекарства, желательно - в другой потенции.

Самое сложное в гомеопатии - это умение ждать. Штрих настолько важный, насколько редко встречается это качество что у пациента, что у врача. Одна из несостоявшихся пациенток, неглупая, казалось бы, женщина, заявила мне:

- Если вылечите меня за три недели, я заплачу вам хорошие деньги.

У дамы, между прочим, был тяжелый инсулинозависимый сахарный диабет с "букетиком" сопутствующих осложнений.

Исцеление, как всякий природный процесс, имеет волновую природу: хуже-лучше, хуже-лучше... Только "хуже" с каждой волной проявляет себя все слабее, а "лучше" - все отчетливее. Это - волна затухающая. Пациент должен знать особенности целительного процесса и относиться к нему сознательно.

И мне хотелось бы дополнить закон Геринга именно этой маленькой припиской:

"Истинное исцеление идет изнутри наружу, сверху вниз, от более важных органов к менее важным, от поздних симптомов к более ранним, на принципах затухающей волны".

Интересную пищу для размышлений дает последний пункт закона Геринга "...от поздних симптомов - к более ранним". Одна из пациенток сделала по этому поводу очень характерное заявление:

- Доктор как будто кинолентку моей жизни прокрутили назад...

За месяц с небольшим (редкий вообще-то случай, времени на лечение требуется обычно побольше) с калейдоскопической скоростью появлялись и исчезали проблемки последних 20 лет ее жизни, закончившись на симптомах послеродового метрита, с которого когда-то и начались нелады со здоровьем.

К сожалению, такие примеры наперечет в практике любого врача. Чаще при первом обострении пациент хватается таблетки анальгина, и на этом действие лекарства заканчивается: вместо целительной волны на поверхности остается только мелкая рябь.

Была волна - и нет волны.

Интересен сам процесс "раскручивания". Лично мне болезнь напоминает не кинолентку, а катушку ниток. Как неизбежно подводит все к той же мысли, что не при чем здесь несчастный случай, что формирует и "накручивает" болезнь сам организм, что ему вполне по силам обратный процесс.

Клеточная ли память, полевые структуры - организм цепко держит в себе все детали и зигзаги прожитой жизни. Строго в обратной последовательности у моей пациентки возникали симптомы дерматомикоза, мигрени, пневмонии и, наконец, боли внизу живота с обильными выделениями... И на каждом витке болезни ее когда-то лечили специалисты: гинеколог, терапевт, невропатолог, дерматовенеролог.

И такая мысль, навязчивая, как зубная боль: процесс скорее отыскал бы верное направление, не вмешиваясь в его ход то и дело специалисты с искусственно зауженным полем зрения...

Нелечение иногда предпочтительнее. В трагедии с ветряной оспой это так несомненно. Только вмешательство извне могло развернуть процесс вспять, сделать его из целительного смертельным.

В случае острого заболевания с доброкачественным течением - это, как правило, инфекционные болезни: грипп, ангина, ветряная оспа, корь и т.д. - тактика невмешательства должна стать предпочтительной. Дайте телу спокойно поболеть. Такое недомогание - это еще и звоночек, что организму нужно отдохнуть, что накопился ворох внутренних проблем душевного и телесного свойства и что на время нужно замедлить бег.

Не лезьте в телесные дела в таком случае даже с гомеопатией, предоставьте процесс своему собственному течению.

Болезнь оборачивается злом только в больном организме и только в больном обществе на болезнь смотрят как на зло. Поскольку вся наша цивилизация патогенна и по духу, и по форме своего проявления, поскольку все мы дети этого больного общества и только редким единицам из нас достает мужества среди этого болота сохранить нетронутым душу и тело, отнеситесь к приведенному выше совету с осторожностью. Как только появятся симптомы, свидетельствующие о том, что процесс грозит осложнением, незамедлительно подключайте адекватную терапию.

Нелечение иногда предпочтительнее... Конечно, это не значит, что врач и родители должны сложа руки сидеть у постели больного ребенка. Только все ваши действия должны носить осознанный характер. Удивляет, как часто мы не доверяем собственной природе и с каким-то всесокрушающим упорством во всем идем ей наперекор. Особенно когда дело касается незащитного ребенка. Отказывается ребенок от еды - не пичкайте, дождитесь, пока попросит сам. Обо всем, что нужно, он так или иначе вас проинформирует. Не хочет лежать укрытым, сбрасывает одеяло, значит ему так нужно. Просит свежего воздуха - откройте форточку. Беспокоится от яркого света - включите ночник. Требуется тишины - не шумите. Это так просто: делать то, что нужно. Такой сознательной тактикой вы поможете больному скорее, чем бессмысленной суетой у его постели.

И еще одно замечание по теме, родителям оно лишним не будет: чем ярче выражена сыпь при детских инфекциях, тем благоприятнее прогноз (помните, что кожный вариант страдания наименее драматичен). Не пугайтесь, если сыпь помимо кожи обсыплет слизистые рта, глаз, половых органов: слизистые - все те же наружные покровы. Как появилась, так и исчезнет без следа, после болезни ваш ребенок станет крепче, если хотите - взрослее. Одно неумное вмешательство в процесс, достаточно закапать в глаза сульфацил натрия или чайную заварку при конъюнктивите - и течение его может принять неуправляемый характер.

Повод для тревоги, когда сыпь не выражена или выражена слабо, бледная, редкая. В этом случае врачебное наблюдение просто необходимо.

Идея болезни проста. Как и идея исцеления. Нервные центры выдерживают нагрузку патогенными энергиями до какой-то пороговой величины. Сверх данной величины от нагрузки патогенными факторами центры попросту блокируются и выпадают из алгоритма функции. Возникает боль и болезнь.

Патогенная энергия не может быть канализирована традиционным, естественным путем, ищет обходные пути и находит их, вовлекая в процесс посторонние центры, на данную функцию не рассчитанные, что само по себе уже нефункционально и лишь усугубляет ситуацию.

Исцеление возможно только при снятии запредельного торможения с заблокированных центров и восстановлении естественного хода "волны домино", для чего требуется элементарное повторение травматичной ситуации, конечно, в щадящем варианте - только смоделировать парадоксальную фазу.

Все. Большого от врача не требуется. Восстановленный механизм канализирования патогенного начала доведет дело до логического конца самостоятельно.

Не закливайте на идее болезни, помните, что всякий случай - лишь крохотное звено в длинной цепочке событий, которые ребенку еще предстоит прожить, что малая беда предупреждает большую.

Корь, ветряная оспа репетируют механизмы канализирования ИНЬских патогенных энергий, дифтерия, скарлатина - ЯНских. Это, если хотите, - генеральная репетиция, экзамен живой системы на пригодность к суровым земным условиям.

Приведенный механизм исцеления давно не новость в нашем лучшем из миров: гомеопатия, Чжень-цзю-терапия, психоанализ и даже мутноватая парадигма дианетики -

отвечают этой задаче.

Подготовка гомеопатов и Чжень-цзю-терапевтов - дело штучное и достаточно трудоемкое, на поток его не поставишь. Более перспективна с этих позиций методика психоанализа. То, что корешки многих недомоганий лежат в сфере сексуальных неврозов, благодаря Фрейду давно уже не секрет. И может быть стоит присмотреться к психоанализу более внимательно? В ходе доверительной беседы, докапываясь до травматичной ситуации, проговаривая ее, пациент моделирует все ту же парадоксальную фазу запредельного торможения.

Примером врачебной поспешности, на мой взгляд, является стандартная тактика инсулинотерапии у больных диабетом I типа, юношеским. Споры нет, клинические проявления сахарной болезни у больных диабетом I и II типов различны. Споры нет, инсулин детям впервые прописывается в отчаянной ситуации, когда уровень сахара и ацетона в крови достигает токсических значений и грозит жизни больного. Споры нет, что именно благодаря инъекциям инсулина живы сегодня в мире миллионы больных. И все-таки. Несколько ярких удач с больными диабетом II типа, неинсулинозависимым и несколько неудач с больными диабетом I типа неизбежно подводят меня к мысли, что причина неудач кроется именно в инсулинозависимости пациентов.

Организм всегда, в любой ситуации из всех возможных форм ответа выбирает наименее энергоемкую, согласно II закону термодинамики. Любая функция энергозатратна, будь то дыхание, сердечная деятельность или выработка собственного инсулина. Если организму предлагают тот же инсулин в готовом виде, он отбрасывает собственное производство. Невостребованная функция отмирает за ненадобностью.

МИФ ЧЕТВЕРТЫЙ. ЧУДЕСНЫЕ СВОЙСТВА АДАПТОГЕНОВ.

Rp: T-ra Araliae - 50,0

D.S. по флакону перед обедом

в длительных автономных рейсах

для старшего комсостава

вместо коньяка.

Рецепт настойки аралии

Увлечение адаптогенами в медицине началось недавно, в шестидесятых годах прошлого столетия. Заманиха, аралия, элеутерококк, женьшень...

В целом поворот медицины к травам стал событием положительным. Событием потому, что была пробита брешь в сознании врача, до того ориентированного исключительно на продукцию "человеческого гения" с химфармзаводов.

Адаптогены зарекомендовали себя в клинике в качестве средств, повышающих устойчивость организма к неблагоприятным факторам внешней среды и стали своеобразной палочкой-выручалочкой для врача в случаях, когда выздоровление затягивается. Как всякое новшество, адаптогены быстро стали популярными, а практика их применения - повсеместной, вплоть до детских садов, где медсестра согласно инструкции отмеряет детям капельки независимо от состояния ребенка и не глядя, какое время года стоит на дворе. Хотя известно, что в период активного солнца адаптогены применять нельзя. Эти растения несут энергию ЯН и уместны в качестве лекарства только зимой. Так было когда-то с рыбьим жиром, теперь - с настоями из трав...

Как бы там ни было, я остаюсь при убеждении, что не только питаться, но и лечиться стоит лишь растениями-эндемиками. В каждой местности хватает своих трав со свойствами адаптогенов.

Популярность именно дальневосточных трав объясняется исключительно наличием здесь Дальневосточного филиала Академии наук с ориентацией научной тематики преимущественно на местные биоресурсы. Как впрочем и живучестью мифов о чудо-

корне женьшене...

Миф - не миф... На заре своей оседлой жизни я завел крохотную плантацию женьшеня, дождался урожая и "полечил" несколько десятков пациентов. Результаты скорее разочаровали, чем обнадежили. Культивированный на грядке женьшень почти не имеет лечебных свойств, во всяком случае, примеров достоверного исцеления благодаря женьшеню я привести не могу. Китайцами однозначно ценится только дикий таежный корень, даже если весит он всего 10-15 граммов, от культивированного закупщики с презрением отмахиваются.

Знакомый, кореец по национальности, рассказывал, что в семилетнем возрасте отец повел его в тайгу, выкопал давно присмотренный корешок и, невзирая на протесты ребенка, заставил съесть.

Разговор состоялся, когда моему знакомому перевалило за шестьдесят, всю жизнь он трудился механиком на судах и никаких жалоб на здоровье не предъявлял. Единственный раз в жизни перенес легкую простуду после того как в Тикси в результате несчастного случая у них опрокинулась баржа, и он вместе с двумя товарищами оказался в ледяной воде. Всех спасли. Но один из пострадавших умер от переохлаждения, другой - всю оставшуюся жизнь страдал тяжелым заболеванием почек.

Помог ли здесь съеденный в тайге женьшень или от природы товарищ обладал крепким здоровьем - судить не возьмусь. Других историй такого рода не знаю. Знаю достоверно, что пользуемся сейчас женьшенем мы неправильно и, боюсь, рецепт его применения утерян. Распространенное мнение, что женьшень - лекарство для здоровых мужчин после сорока, не соответствует истине. Лекаря прошлых времен действительно давали женьшень один раз в жизни, скрупулезно учитывая при этом возраст пациента и возраст корня, пол пациента и "пол" корня, фазу луны, когда он выкопан, рассчитывали день и час, когда дать лекарство... Однозначно можно сказать, что сейчас пользоваться этим замечательным средством мы не умеем. Не помогли даже гомеопатические испытания, обнаружившие ряд настолько блеклых, невыразительных симптомов, что гомеопаты предпочитают этим лекарством не пользоваться.

Более доступны как адаптогены аралия, элеутерококк, лимонник. И хотя опять-таки не знаю достоверных случаев ухудшения самочувствия после их употребления, (разве что сам не сплю сутки после чая с лимонником), от широкого употребления этих трав остерег бы. Их адаптогенные свойства держатся все на том же стрессогенном эффекте - разновидности шоковой терапии и приводят к истощению энергопотенциала.

Мне можно возразить, что потенциал восстановится, а эффект останется. Сомневаюсь насчет эффекта, никакие неспецифические методы лечения стойкими эффектом не обладают. Потенциал также восстановим до известного количества раз, мы об этом уже говорили.

Адаптогены действуют на организм, как кофе: бесцельное возбуждение нервных структур в чуждых организму ритмах, повышенный энергорасход - усиление все той же энтропии, выражаясь унифицированным языком, - и более ничего. Здоровый организм воспринимает такое насилие над собой как агрессию. Посмотрите на старых кофеманов: трясущиеся руки, импульсивные поступки, раздражительность, низкое артериальное давление, которое постоянно нуждается в допинге, иначе упадет еще ниже... Это путь не только кофеманов, но и "адаптогеноманов".

Вместе с тем - еще раз возвращаемся к вопросам эндемичности - в жарком климате какой-нибудь Испании, Индии или Венесуэлы энтропийное действие кофейного напитка обретает черты физиологического эффекта, помогая организму легче переносить жару. В условиях резко континентального климата России в качестве национального напитка уместнее будет скорее настой валерьяны. Дальневосточные адаптогены - исключительно для условий муссонного климата.

Адаптация организма - серьезнейший вопрос, требующий первоочередного внимания медиков. Для того чтобы "сыграть" предложенную Богом роль, выполнить свое

жизненное предназначение, человек должен быть максимально адаптирован к условиям местности, в которой он живет. Реакция на событие - это и есть адаптация. И как всякая реакция, она должна быть, прежде всего, адекватной, соответственной, соотнесенной с причиной. Если у Некто горит квартира, нужно уносить ноги, это будет адекватной реакцией на событие. Все прочие формы поведения, как-то: медитировать, улежся спать, спасать милые сердцу вещички - будут явно неуместны и потому неадекватны.

А если не квартира горит? Если только одеяло вспыхнуло?

Реакция в любом случае должна быть адекватной: достаточной, во-первых, избыточной, во-вторых, и извращенной, в-третьих. Это вопрос выживания, в конце концов.

Невинная цветочная пыльца амброзии и тяжелейший приступ бронхиальной астмы - типичный пример неадекватной формы ответа, несоотнесения организмом силы агрессии с силой ответа. В данном случае уместно говорить не об избыточной, а о типично извращенной реакции на событие. И будьте уверены, что извращенной формой реагирования такой тип ответит не только на пыльцу, но и на боль, на выговор начальства, на отказ любимой девушки... Сколько ни кололи бы мы ему димедролов-папаверинов-тавегилов, наивно полагая причину недомогания в неправильном поведении тучных клеток, ситуации это не изменит. Потому что (повторяюсь) все болезни начинаются в голове. Тучные клетки лишь продолжают на телесном уровне ту логическую линию, что на ментальном, духовном уровне определяет данный тип как личность. Очень часто у таких больных стержнем личности становится скудость и недоверие к миру. Что ж: как аукнется...

Наш "цивилизованный" образ жизни, тот образ жизни, когда тягчайший из грехов - убийство себе подобных - возводится в ранг геройства, когда любовь, величайшая из благодатей божьих, табуируется во многих своих проявлениях - как правило, формирует такой вот тип извращенного реагирования. Обжорство, пьянство, гиподинамия, неблагоприятный экологический фон дополняют картинку "цивилизации"...

Человеку на Земле легкой жизни не уготовано. Человеку не должно жить легко, как ни странно это звучит. Если человек хочет называться человеком. Человеком разумным, а не жующим... Сужу по аналогии с женьшенем. Таежный корень с каменистых осыпей северного склона, познавший за свой век копыта животных, лесные пожары, засушливые и дождливые сезоны, испытывший, словом, все тяготы жизни и едва набравший к 70-ти годам двадцать граммов веса, ценится дороже золота. Его культивированный сородич, выращенный по всем правилам агротехники, весом за 100 граммов по своим целебным свойствам едва ли превосходит морковь.

Человек рождается и полноценно адаптируется в этот мир только в динамическом взаимодействии со всеми силами планеты и космоса. Удары среды в разумных, конечно, пределах ему необходимы. Именно в таком взаимодействии вырабатывается динамическая устойчивость жизненных процессов, то, что физиологи называют гомеостазом, а мы все - здоровьем. Сколько ни оберегали бы мы собственное здоровье от ударов среды, залезая в теплые одеяла в жаркий день, кутаясь в шубы в морозную погоду, отворачивая нос от ветра - эффект будет прямо противоположным ожидаемому.

Моего знакомого бабушка привела в бассейн в 12-летнем возрасте со словами:

- Или сдохнешь, или поправишься.

Грубо, но в принципе верно, мальчик рос крайне болезненным, страдал бронхиальной астмой. Я познакомился с ним, когда он был уже внушительных размеров мужчиной, мастером спорта по плаванию, моряком с некоторым стажем.

- Знаешь, после первого занятия в бассейне болячки как отрезало!

Неудивительно. Лечение стихиями: водой, воздухом, огнем - разрабатывали еще древние врачеватели. Сейчас на приеме мы, доктора, почему-то стесняемся давать больным такие рекомендации: не поймут-с!

- Попейте лучше тетрациклин. Надежнее будет...

Мне очень симпатичны американцы, но при общении с ними не раз ловил себя на

ощущении, что разговариваешь с большими детьми. Они и есть дети. Дети полного достатка и избыточного комфорта. Хочется погладить по голове и дать конфету, только не говорить на серьезные темы.

Мнение субъективное, ни на что не претендующее: считаю, что адаптивные возможности среднестатистического европейца (он же - американец) по сравнению с возможностями жителей Азии и Африки снижены. Так что не стоит удивляться начавшимся геополитическим (геоэтническим) изменениям на планете. Более жизнеспособные народы рано или поздно вытеснят менее жизнеспособные. Не обязательно военными действиями, "тихая" экспансия на порядок эффективнее.

Адаптивные возможности соотечественника таковы, что русских скоро придется заносить в Красную книгу и приставлять специальных егерей, чтобы не обижали. Весь политический и военный разброд последних лет, дикая приватизация, падение рождаемости и рост смертности коротко и емко характеризуется одним словом: беспомощность. Та беспомощность, что прежде зарождается в душах и становится национальной чертой и лишь потом проявляет себя на уровне государственных институтов и государственной политики.

Процесс адаптации и выживания в таком государстве сложен. Можно с уверенностью не сказать даже - констатировать, что российская государственность в нынешнем своем виде (впрочем, когда было иначе?) предъявляет завышенные требования к адаптивным возможностям своих сограждан.

Взять хотя бы бесконечные обмены документов, переименования - то, что народ емко обозначил фразой: косметический ремонт. Достаточно сказать, что мне за мою далеко еще не состоявшуюся жизнь уже дважды довелось менять паспорт, права...

МИФ ПЯТЫЙ ЧЕЛОВЕК - ВЕНЕЦ ЭВОЛЮЦИИ...

Вообще-то, корова - венец эволюции, потому что она может часами жевать одну и ту же интеллектуальную жвачку. А.Калачинский

...Равно как царь природы, "по образу и подобию Божию" и прочая, и прочая. Нас, уважаемые соратники по трону, на этой планете уже шесть миллиардов. Не напоминает ли вам эта ситуация, э-э, как бы кого не обидеть, - словом, блохи на собаке тоже полагают, что они вполне владеют ситуацией, то бишь собакой. Возможно, также они полагают, что Господь создал собаку затем, чтобы блохам было, где жить. Возможно, в их блошином интеллекте мелькает другой раз мысль, что все прочие точки зрения права на существование не имеют, поскольку противоречат общепринятой...

Что мы, собственно, знаем об этой эволюции, что без тени сомнения короновали себя? Механизмы ее нам по-прежнему неясны, если не считать теории естественного отбора, имеющей узкоприкладное значение. Внешние ее контуры только-только начинают прорисовываться легким абрисом. И все это под вой и улюлюканье антидарвинистов, одним махом сметающих со сцены все, что движется.

- А почему, эта-понимаешь, генетики из собаки кота сделать не могут?

Стоит ли такой собеседник полемики? А с другой стороны, кто сказал, что теория эволюции свята и неприкасаема? И раз уж в споре рождается истина, не поискать ли эту истину еще раз?

Продолжая тему, вернемся к полюбившимся нам ИНЬ и ЯН, о которых еще древние говорили, что они основа всего сущего. Не первопричина - основа, не будем путать эти понятия. Что интересно, культуры древнего Китая и древней Греции были практически изолированы друг от друга, но вслед за китайскими мыслителями древнегреческий философ Стратон утверждал, что все сущее в мире сотворено из тепла и холода.

Не уверен до конца, что можно придать вращательное движение той философской категории, которую мы когда-то противопоставили всему Сущему и нарекли НИЧТО.

Ничто - оно и есть ничто.

Сколько мы ни раздвигали бы рамки Сущего, пытаясь эволюционным порядком дотянуться мыслью до своих основ, встраивая в эти рамки спекулятивные теории о внеземном происхождении жизни, инопланетянах, сомнительном эфире или господе Боге, - мысль в конце концов упирается в некий предел, за которым не фигурирует, не маячит и не находится Ничто.

Помню свой первый диспут на эту тему в шестилетнем возрасте с соседской девочкой Галей. Гале было девять, она училась во втором классе, и, конечно, казалась мне очень умной и взрослой.

- Галя, а что за этой сопкой?

- Там большой зеленый лес, в нем звери живут.

- А за лесом?

Галя, подумав для значительности:

- За лесом море. В нем живут рыбы.

- А за морем?

- Ну... за морем, наверно, небо.

- А за небом?

- За небом звезды... А дальше я и сама не знаю.

Незнание - это предел сущего для нас. И сколько бы мы не совершали в этом направлении усилий, предел останется всегда.

И все-таки: все возникло из НИЧЕГО. Так что давайте попытаемся выстроить некую модель на пустом месте. Впрочем, пустота, пустое место уже предполагает отсутствие чего-то, а значит - жесткую привязку к системе координат. НИЧТО - это качественно иная категория.

Рассматривать ли нам уже знакомые понятия: энтальпию-энтропию, ЯН и ИНЬ, центростремительную силу и силу центробежную как НЕЧТО и НИЧТО? И что такое холод? Просто отсутствие тепла или столь же феноменальный вид энергии с зеркально противоположными характеристиками?

Просто отсутствие энергии, ее неприсутствие не способно к совершению работы. Эффект холода каждую зиму демонстрирует нам нечто иное: ломаются деревья, рвутся рельсы и провода, и преодоление этого разрушительного эффекта требует затрат массы положительных усилий.

Приходится признать, если проводить полные параллели между всеми означенными понятиями как со знаком "+", так и со знаком "-", с НЕЧТО и НИЧТО в заглавных строках, что НИЧТО в этом свете обретает вполне зримый, быть может, непривычный взгляду, но конкретный контур и смысл, не имеющий с классическим НИЧТО ничего общего - НИЧТО, с появлением которого вдруг возникает проекция симметричного и тем самым обретающего гармонию мироздания. (рис. 5)

Справедливо, наверно, будет предположить, что как таковое классическое НИЧТО есть третье (и основное) состояние Бытия, лежащее в узком диапазоне между "+" и "-", которое на схеме обозначено как 0-пространство, характеризующееся полным отсутствием полярных характеристик, и прежде всего - отсутствием развития.

Прямолинейное равномерное движение отвечает всецело такому нулевому состоянию, состоянию абсолютного равновесия, абсолютного покоя.

Бытие, таким образом, есть некий колебательный ритм около нулевой оси. И это еще не само Бытие, лишь его схема, набросок, программа. Кровь и плоть эта программа обретает не от колебательных движений как таковых, а от движений неравномерных, непрямолинейных и неравновесных - т.е. в процессе ускорения. Именно при круговом движении спонтанно возникают СИЛЫ УСКОРЕНИЯ с положительным и отрицательным знаками, силы центростремительная и центробежная.

Следовательно, именно ускорение, как положительное, так и отрицательное является некой самоценной сущностью, позволяющей характеризовать систему как динамическую.

Бытие - это процесс возмущения Небытия, НЕЧТО рождается из НИЧТО (и в НИЧТО возвращается) в результате НЕРАВНОДЕЙСТВУЮЩЕЙ двух сил, сил ИНЬ и ЯН, и характеризуется прежде всего неравновесным состоянием.

Образно говоря, центробежная и центростремительная силы, формируя все сущее посредством динамического напряжения между своими полюсами, в буквальном смысле слова вытягивают НЕЧТО из НИЧТО. Пока есть напряжение, до тех пор есть движение и развитие как высшая его форма. Уберите со сцены действующие силы - и вся Вселенная, которую мы полагаем грандиозной и необъятной, коллапсирует быстрее, чем вздрогнут ваши ресницы, исчезнет, превратится в НИЧТО.

Мир динамичен в высшей степени. Весь видимый мир, начиная с пространства-времени и заканчивая заклепкой на ваших джинсах, порожден напряжением, существующим между полюсами ИНЬ и ЯН. Не ищите пределов Вселенной, она вся у вас на ладони. Принцип един и для атома, и для галактик. Одно и то же явление, отражаясь в бесчисленных зеркалах, создает иллюзию грандиозности и необъятности мира. Есть ИНЬ и ЯН, все остальное - мнимые величины. Есть бесконечный хоровод перетекающих друг в друга энергий; есть извечное стремление этих энергий друг к другу, стремление слиться, вспыхнуть и угаснуть, вернувшись в нулевое состояние; и есть более великий принцип, не позволяющий реализоваться этому сценарию, принцип, ориентирующий энергии на движение к идеалу: идеалом ЯН выступает точка, идеалом ИНЬ - бесконечность. Идеал недостижим ни в том, ни в другом случае - старая комедия про осла, вечно бегущего за подвязанной к морде морковкой. Именно на этом противоречии и зиждется идея вселенского движения.

Неравномерность колебательных ритмов держится всецело на неравновесном соотношении сил ИНЬ и ЯН. ЯН - это созидание, ИНЬ - разрушение (но не смерть!). Существование всякой системы оканчивается разрушением и, казалось бы, неизбежно когда-нибудь все силы ЯН перетекут в ИНЬ и на этом вселенская комедия окончится. Но само наличие динамических систем, их относительная устойчивость во времени отчасти уравнивает баланс сил.

О целях всемирного движения говорить не принято. В науке. У нас диспут философский, философу, как юридическому позволительна любая глупость. И почему бы нам таким вопросом не задаться?

Всемирные законы: термодинамики, электродинамики, гравитации - косвенно свидетельствуют о целях движения, и напрямую - о том, что самоценно не движение как таковое, а РАЗВИТИЕ как высшая форма всякого движения. Развитие - ускорение... Физические законы - это, прежде всего, законы развития. Развитие предполагает цель. И мир оживает в развитии...

Система возникает, развивается, разрушается и умирает. Остается работа, эффект, этой системой выполненный. Именно эффект, результат действия систем окончательно уравнивает баланс сил. И здесь мы уже окончательно выпадаем из рамок однобокого материализма и вторгаемся в область идеального, духовного, где в принципе не годится ни наша система координат, ни наша знаковая система, ни мозг как инструмент познания... Оставим эту тему до лучших времен.

Элементарная частица - соединение элементарных частиц-атом-молекула-вещество-соединения веществ (функция1-функция2-функция3...) - новые соединения и качественно более высокие функции... Этот ряд бесконечен. От простого к сложному, от сложного - к сложнейшему. От физики - к химии, от химии - к биологии, от биологии - к психологии, от психологии - к религии... Только чем выше, тем более размытыми и неконкретными становятся наши знания.

Дотошный и нетерпеливый читатель спросит: не слишком ли издалека начата тема, когда мы перейдем, наконец, к живой материи и эволюции живых систем?

А что вы, собственно, мой глубокоуважаемый читатель (без тени иронии, мне действительно радостно оттого, что вы добрались до этих строк), вкладываете в понятие

ЖИВОЕ, ЖИЗНЬ? Что-то теплое и движется? Паровоз теплый и движется. Само себя воспроизводит? Тоже не критерии, машины уже в состоянии это делать... Мыслит, болеет, страдает? Чем еще отличается так называемое ЖИВОЕ от НЕЖИВОГО? Не станете же вы, надеюсь, всерьез цитировать Энгельса и иже с ним...

Извините, автор таких принципиальных различий не усматривает, и, может быть опрометчиво и поспешно заявляет: жизни нет. Жизни нет как конечной цели эволюции, жизни нет как вынесенной за рамки особой качественной категории динамических систем. Нет этого качества.

Жизни как таковой нет именно потому, что материя живая вся, от атома до галактик. Живая, потому что движется, развивается. Человек - плоть от плоти звездного вещества, и законы, управляющие тем и другим, - одни и те же.

Наши мудрствования о происхождении жизни и человека объясняются исключительно близорукостью и слишком трепетным отношением к собственным персонам.

Подкорректируйте зрение, отрешитесь на минуту от эмоций, и вы увидите, что этот мир един, что любой из Ивановых-Смитов-Аль-сайдов из атомов создан и в это состояние когда-нибудь возвратится, что так называемая одушевленность, духовность человеческих созданий (функция, без сомнения, прекрасная и великая) сводима все к тем же полярностям и всецело подчинена давно нам известным физическим законам. Что эта духовность, одухотворенность присуща в той или иной мере всему сущему, независимо от наших представлений об этом сущем, полагаем мы его живым или не полагаем. Что даже творчество - вершина, казалось бы, человеческого духа - является лишь бледной тенью непрерывного акта творения вещей и событий Природой, чему мы все свидетели...

Придорожный камень - все то же живое и одухотворенное существо, как и ребенок, разбивший об него коленку. Несопоставимы энтропии этих двух систем: у камня она измеряется миллиардами лет, в то время как для ребенка ограничится едва ли сотней. И с этих временных позиций можно уже говорить о различиях качественных, но не принципиальных.

Жизнь можно трактовать по-разному, рассматривая и объясняя этот феномен с разных позиций, налепливая на этот феномен разные ярлыки, как мы это делали до сих пор с простыми в своей сути понятиями энтальпии и энтропии, запутываясь все больше в сетях различных знаковых систем.

Знаковые системы различны, феномен - един. Несколько слепых, ощупывая слона с разных сторон, по-разному составят себе представление об этом животном, и, что самое поразительное, каждый из НИХ будет прав! По-своему прав. До тех пор, пока он не станет настаивать на своей правоте как единственно верной.

И однозначно не прав будет скептик, отрицающий "феномен слона" только на том основании, что, ощутив ноги, не смог дотянуться до туловища, откуда эти ноги растут.

Рассуждая о таких знакомых, казалось бы, и в то же время таких отвлеченных "предметах", как жизнь и энергия - коренных понятиях нашего естествознания - мы поневоле будем скатываться в лоно рассуждательности и некоторого витийства, альтернативой которым могут быть только начетничество и догматизм. Причина в том, что эти понятия принципиально не вписываются в прокрустово ложе наших наукообразных формулировок, эти явления принципиально шире всех наших знаний и незнаний о них, и, может быть, именно к процессу познания приложимо понятие бесконечности.

Что такое энергия? И можно ли однозначно трактовать это в высшей степени неоднозначное явление?

Объяснить, что такое энергия - значит объяснить все: от господина Бога до дурного настроения у соседки. И как можно при помощи статичной знаковой системы (языка) дать определение тому, что в высшей степени чуждо всякой статике, что бесконечно льется и не выливается, что без конца меняет направление, форму, цвет и даже название?

Дежурный электрик с подстанции оперирует своим понятием энергии; физик, ловящий

нейтрино - другим; иначе вспоминается былая энергичность старику на склоне лет; и совсем по-другому воспринимает это явление молящийся в храме.

У человечества нет даже науки, за исключением, быть может, философии, оперирующей качественными понятиями всеобъемлющего феномена под названием "энергия".

Не количество, а качество преобразований служит хоть каким-то ориентиром для желающего осмыслить феномен энергии; и это качество становится, в свою очередь, лишь отправной точкой для нового производного; а это - для следующего, все более тонкого и неуловимого, но в котором к своему удивлению мы обнаруживаем все то же вечное движение, распадающееся на все те же энтальпию, энтропию и... новое качество (функцию, эффект, работу). И только исходя из функции этого движения, его функциональной целесообразности, мы можем такую энергию дифференцировать от прочих и определить ей место в иерархии систем.

Попытка понять феномен мышления, функцию, вне сомнения, тончайшую и максимально подвижную, приведет нас к анализу пути энергетических взаимопревращений от сложного ко все более простому. От энергии структурных анатомо-гистологических связей (каковому понятию в системе наших познавательных ориентиров вообще нет места), замкнутых в шароподобный череп, к энергии сложных молекулярных, белково-углеводных взаимодействий. И далее - к энергии взаимосцепления простых элементов в составе молекулы - к понятию валентности этих элементов и орбитам их электронов (что уже более-менее внятно описывается уравнением Шредингера) - к составляющим атома - и в конце концов мы коснемся той праматерии, из которой сотворено вещество, - первичной (подозреваю, что реликтовой, особой) энергии, которая (вспомним еще раз Эйнштейна с его формулой $E = Mc^2$) и есть суть вещей.

И на каждом этапе анализа мы вправе (и правом этим пользуемся беззастенчиво) описывать явления и события совершенно иными символами, нежели другие, копающие не столь глубоко или, напротив, не столь поверхностно. У физиков своя знаковая система, у химиков совершенно иная, биологи и психологи настаивают каждый на своей, хотя все говорят об одном и том же - об энергии и ее изменениях, о развитии.

И со всей очевидностью из этого следует, что мышление - не более чем одна из форм, одно из лиц великой обезьяны, имя которой - Энергия!

Нет вообще никаких отдельно существующих энергий (за исключением, быть может, первичной, реликтовой, энтропия которой не определяется), делимы они только в наших представлениях о мире, но не в самой природе вещей. Делимы функции, функциональная целесообразность, позволяющая нам дифференцировать энергию на потоки и виды, но с этого угла зрения мы на феномен энергии еще не заглядывались.

Есть ИНЬ и ЯН во всех своих ипостасях, есть извечное стремление этих энергий к слиянию, покою, небытию. И есть незримый круг, вечно очерчиваемый неведомым нам Сознанием, перед формой и законом которого пасует стремление. Сознание, разводящее Единое с помощью кривизны и угла по разные стороны, предопределившее тем самым иной вариант событий - удивительный и прекрасный в своей простоте.

Это - мир ребенка, забавляющегося видом копулирующих собак, мир танцующего Шивы, создавшего этих собак из Ничего, усилием своего воображения, и отдающего себе отчет, что стоит ослабить напряжение сдерживающих поводков, и собаки в порыве страсти разорвут друг друга.

Понятие реальности-ирреальности - дело субъективное и к единому знаменателю также несводимое. Если мы видим друг друга, слышим, изо дня в день толкаемся в очередях и трамваях, боимся, ненавидим и любим кого-то, ужинаем и начинаем день на унитазе, с надеждой ли, с тоской думаем о будущем и до хрипоты спорим о политике - это все еще не критерии реальности происходящего. Мне под наркозом грезилась вещь куда более интересные и эмоционально положительные, оставившие по себе ощущение, нет - отчетливое убеждение, что мир, в котором я побывал, более реален и отчетлив, чем этот, в котором я пишу сейчас книгу. Из чего, однако, я не спешу делать выводы и объявлять

собственное существование на Земле дурным сном.

Зато я стал понимать наркоманов: тяга к наркотикам - это своего рода душевный онанизм, репетиция смерти.

Есть вещи, доступные и понятные каждому с рождения и неуловимые в своей простоте всей великой армии академиков, пытающихся эти вещи отлить в готовую форму. Я есмь. Я существую. И в то же время: что есть то, что существует? Я - это мое тело? Я - это мои мысли?

Нас никто не спрашивал, хотим ли мы жить в этом мире. Не спрашивали нашего желания родиться нам мужчиной или женщиной, осетином или негром, в благословенной Франции или на забытой богом Чукотке, остаться маленьким или вырасти и заделаться отцом семейства, полного таких же непонятных, как сам, существ...

Мы рождаемся, растем, в свое время меняются зубы, В свой срок приходят возрастные изменения и нам становится необходимым другой человек, стареем, умираем... Что тут зависит от нашей воли? Тело живет по своим законам, и все-таки - мое!..

Мысли. Я пишу от первого лица, неизбежно касаюсь в рассуждениях собственной персоны, но знаю только то, что мысли эти не мои, мне не принадлежат, что я лишь направляю их поток на бумагу; что я сам - продукт социума, в котором живу, и неведомых мне сил, что не за что мне благодарить себя... Знаю еще, что на момент умирания я должен буду полностью изжить в себе ощущение Я, слить его со всем сущим безропотно и с благодарностью, потому что таковы законы Бытия и противоречить им, цепляться за свое Я и свою экзистенцию - значит обречь себя на фальшь и боль. Что абсолютно ничего не меняет, и чего я абсолютно не желаю...

Этот несовершенный дух в этом несовершенном теле в этом несовершенном мире... Имя мне - Ничто. Я - все то же взбаламученное вихрем Ничто и в Ничто возвращусь, когда силы иссякнут. После меня останется ненадолго звук, эхо, некое отвлеченное и обличенное знаком понятие. Но в затухающем режиме, согласно законам физики, иссякнет и оно.

Огорчен ли я? При чем здесь, собственно, эмоции! Не огорчен, нет. Жизнь дана нам как комедия - посмеяться и умереть, захлебнувшись счастливым смехом. Драму либо трагедию лепим из нее уже мы сами, уродуя сценарий. Потому так фальшива и бездарна подчас наша игра, наши мысли и дела. И все, что несет с собой простоту и свет, инстинктивно вызывает в нас эмоции отторжения.

Все так, но только боль напомнит вдруг, что ты еще величина... Боль - это сублимированный страх, и не затем ли она знакома человеку, чтобы он не растерял себя, свое "Я" раньше времени?

МИФ ШЕСТОЙ. Я.

Я - последняя буква в алфавите. Общеизвестная банальность.

Ребенок рождается с чувством абсолютного эгоцентризма, с абсолютно проявленным ощущением своей самости, своей истинности, отдельности своего "Я" и своей персоны от прочего мира.

Это - следствие. Причина в резкой смене условий обитания: из теплого маминого животика - в холодный и циничный мир. Эта смена обстановки однозначно вызывает реакцию отторжения, нежелания, и чем сильнее эта реакция, тем сильнее ребенок испытывает при своем появлении страх и боль.

Ощущение "Я" при ближайшем рассмотрении оказывается фикцией. Что зависит от нашей воли или нашего желания?

При взгляде несфокусированном ощущение собственного "Я" становится величиной как производное элементарного страха, детских страхов момента рождения и раннего детского возраста. Ноуменален страх - становится феноменом ощущение "Я". Страх

изложницы, "Я" - отливка. И не более того.

Мы все появляемся в этот мир с чувством собственной исключительности. И даже мой спаниель Лизка восьми месяцев отроду при звуке открывающегося холодильника искренно полагает, что холодильник существует затем, чтобы держать там собачью еду (не вообще собачью, а персонально ее, Лизкину) а хозяин... ну, как сказать! - должен же кто-то накладывать еду в Лизкину миску и водить такую славную собаку на прогулку... Мы все появляемся в этот мир с чувством собственной исключительности, чувством абсолютной значимости собственного "Я", моего Эго. И мы ДОЛЖНЫ за краткий миг жизни успеть трансформировать это чувство в полную его противоположность, в чувство абсолютной сопричастности великому царству пыли и песка. Уходить из жизни следует именно так. И здоровье дается только на этом пути. Тем, кого не устраивают употребленные мною слова: должны и следует, тем, кто считает, что никому ничего он не должен, напомню, что смерть уравнивает всех: и бомжа дядю Ваню, и нового русского Иванова, что должны мы на самом деле всем и всему, и себе в последнюю очередь, что иное мироощущение предполагает элементарную интеллектуальную и душевную незрелость со всеми вытекающими последствиями.

В конце концов, именно это условие выступает в качестве основного для достижения царства Божьего во всех религиях: от христианства до буддизма. Культовые разночтения - не в счет.

В процессе Всемирного развития возникла идея дискретности, персонификации вещества, и с этого момента обрело право на существование то, что мы зовем живой материей. Идея возникла и реализовалась достаточно оригинальным образом (в оригинальности Творцу не откажешь): "Пусть каждый ноль полагает себя единицей настолько, насколько он в силах бояться". Появился страх, и возникла биологическая жизнь. Страх, персонификация, желание оградить свой собственный мир от мира прочего - есть основополагающее отличие материи живой от материи неживой. Это - мир эгоизма, тоски по недостижимому ЯНскому идеалу (ЯН стремится к точке). Точка - аналог "черной дыры", системы, бесконечно вбирающей, берущей и не отдающей во внешнюю среду ничего. Эгоизм - есть визитная карточка жизни. И жизненная сила - это прежде всего сила ЯН, центростремительная сила. Других отличий материи живой от неживой я не нахожу.

С этих позиций мне как врачу подозрительны альтруисты. Часто за этим, казалось бы, величайшим проявлением человеческого духа стоит деструктивное начало, элементарная аутоагрессия. К примеру, конституциональный тип АУРУМ, тип с пораженным обменом золота в организме, тип с тяжелой наследственностью сифилистической природы, имеет такую характерную черту: бескорыстен, зарабатывает деньги, чтобы раздавать их. Финалом его истории болезни, как правило, становится суицид либо серьезная депрессия. Цепочка мотивов поведения отслеживается легко: человек раздает то, что имеет, потому что не собирается дальше жить. Мотив может быть неосознанным до последнего момента, пока отчаяние, финансовый крах или еще какая беда не толкнут человека на последний шаг.

Эгоисты с собой не кончают, эти жизнь любят и живут прекрасно.

Впрочем, эта информация практического значения не имеет: только специалист в состоянии дифференцировать альтруизм деструктивный от истинного.

Именно страх, боль стимулирует ощущение "Я" и определяет мотивацию всех поступков в жизни. Страх и Секс дают ощущение жизни. Поэтому человек всегда будет любить и ненавидеть.

Страх - сильнейшая эмоция и свое блокирующее действие на нервные центры обнаруживает даже в пустяках: попробуйте "заботиться" забыть какую-нибудь мысль - эффект будет моментальным, мысль вы потеряете надолго.

Ощущение "Я" формируется вторично, и те, самые первые страхи момента рождения и первых дней жизни, зафиксированная мозгом память о дискомфорте и боли будут цепко держать это ощущение на поверхности. Я хочу! Я знаю! Я самый первый! Я самый

лучший!..

Ощущение "Я" прет из смертного на каждом шагу, определяет не только мотивацию его поступков от желания сходить на горшок до всесокрушающего стремления "выбиться в люди": стать президентом, миллионером, суперменом, - но по крупному счету определяет и его отношение к окружающему миру, его позицию в этом мире.

Можно предположить на этом основании, что наверх выбиваются самые напуганные из нас, те, кто не сумел перешагнуть через детские страхи. Чем больше у человека власти, чем "круче" "Джип" - тем более вероятно, что ведет его по жизни не свободный разум, а комплекс глубинных неотработанных своевременно детских (и более поздних) страхов. Тех немногих из нуворишей, что встречались мне в практике, я лечил в конечном счете и единственно - от страхов.

Того же рода явление - увлечение боевыми искусствами. Один только вид ребенка или молодого человека, отрабатывающего в группе себе подобных приемы у-шу, или каратэ, способен многое сказать о его прошлом, впрочем, как и о будущем.

Это не прошлое и не будущее - это история болезни.

Истинно нашего в этом мире - только наши страхи, наша боль и ощущение "Я". Во всем остальном человек - это функция, непонятная и чуждая ему программа, которой он волей-неволей должен следовать. Кто-то или что-то решает за нас, когда нам родиться, когда жениться, прожить жизнь слесарем или олигархом, больным или здоровым, любимым или ненавидимым.

Точно так же ничего не зависит от нашей воли, от нашего "Я" в событиях внешнего мира: быть лету или зиме, войне в Чечне, или миру на Камчатке... Налицо конструктивная и функциональная заданность Гомо сапиенса.

Можно предполагать или тешить себя иллюзиями, что что-то остается все же в воле человека, что пусть совсем узкий, но существует некий коридор в поле вероятностей, в котором человек может реализовать свое право выбора... Как предположить и то, что неотработанный груз детских и последующих страхов и это сомнительное право сводит на нет. Страх как фундаментальная эмоция очень жестко программирует модус поведения и тем самым делает неактуальной любую дискуссию о праве выбора человека перед лицом равных вероятностей. Выбора нет. Напуганное сознание, не имея смелости беспристрастно взглянуть на причину собственного беспокойства, будет отчаянно барахтаться в направлении кажущейся безопасности: если дом, то со стальными решетками на окнах, если заработок - то в иностранной валюте и как можно больше... Сколько из нас мыслит иначе?

От себя не убежишь. Безумная гонка по жизни с собственным страхом на плечах - это уже не комедия. Варианты заключительных актов этой бездарной пьесы мы наблюдаем ежечасно на собственном и чужих примерах: пьянство, агрессивность, самоубийства...

Ощущение "Я" - это бунт против воли более великой, чем твоя собственная, и в чьей, собственно, власти решение ключевых вопросов бытия, вопросов жизни и смерти.

Человек бунтует, и мало ли что ему не нравится: время появления на свет, условия появления, обстоятельства жизни - тем самым он проявляет свое "Я" и, как ему кажется, свое право решать, распоряжаться своей судьбой.

Более чем достаточно поводов ужаснуться непостижимости бытия. Ужаснуться и начать лихорадочно двигать локтями, расчищая себе дорогу среди некоторого множества себе подобных, неважно, если кто-то вскрикнет от боли при твоих "экзерциях", неважно, что кто-то упал и ты наступил на него - вперед, вперед, успеть выбиться, успеть заявить себя, пока мрак не поглотил все!..

И единая человеческая общность вдруг распадается на миллионы самостей, низводя целенаправленное и великое в своей цели движение до банального броуновского.

Непонятное пугает, непостижимое ужасает до сырости в штанишках. Закрывать глаза, отгородиться! Если мой слабенький мозг не в состоянии постигнуть всю тщету бытия - низведем это Бытие до постижимого уровня. Какая там вечность-бесконечность-

движение-Бог?! Нет этого в природе, блеф, безделка, игра больного воображения. Есть жена, которую можно потрогать; есть мой автомобиль, он железный и ездит; есть начальник Иван Иванович, от которого можно схлопотать выговор, если вовремя не явишься на работу; есть счет в банке... Ну, что вам еще надо? Солнце? Пусть будет солнце, от него тепло и светло. Небо? Пусть будет небо, это даже красиво... Этот мир материален! Есть только то, что я вижу, шупаю, ощущаю на вкус. Все остальное прочь!

Есть мир привычных нам явлений и понятий, ограниченный мирок наших ограниченных представлений о мире. И к нему неизменно начинает клониться вектор инстинкта любознательности по мере взросления человека.

Каждый ребенок задается вопросами: "Что есть я? Что такое мир? Зачем я появился на свет и в чем смысл жизни?" Пока человек в поиске, он ищет ответы на эти фундаментальные вопросы своего бытия, но все те же страхи, а может быть, банальная усталость рано или поздно замыкают круг поисков мирком понятных величин и тогда - неважно, идет речь о дворнике Петрове или о профессоре Сидорове - самой разумной позицией для такого субъекта становится оппозиция ко всему, что осталось за гранью понимания.

Страхи, все те же извечные страхи не только ведут человека по жизни, но наполняют, в конце концов, идейное содержание его поисков, движение заложенного в нем инстинкта любознательности, его отношение к миру, его место в этом мире и отношение к своему месту в этом мире.

Все. Вот вам подоплека идеологической борьбы в человеческом конгломерате. Все остальное - вытекающие сущности, будь то социальное устройство, технический прогресс, отсталость от него медицины и нежелание открыть глаза на очевидные истины.

Мы живем в фальшивом мире, порожденном нашим собственным отношением к этому миру. Боль - это тоже фальшь, это сигнал внешнего мира субъекту, что выбор был сделан неверно, что ты что-то не так сделал и не туда пошел... Чем фальшивее наше отношение к миру, тем сильнее и страшнее будет у нас болеть.

Человеку ведь много не нужно. Только понимание этого, осознание приходит не сразу, не вдруг. Для этого нужно вначале остановиться, выпасть из безумной гонки по жизни в обществе столь же напуганных себе подобных.

Во Вьетнаме лет двадцать назад я видел, как человек бывает счастлив жменькой риса. Раз в сутки, после чего работает по 10-12 часов, таская тяжеленные мешки...

Это напрочь опровергает все наши представления о роли пищи в жизни человека, и ее энергетических возможностях - соответственно.

Соотечественника из людей старшего поколения, переживших войну и голод, невозможно никакими доводами убедить в воздержанности в еде. Страдая утренними поносами, скрючиваясь то и дело от боли в печени, отравляя жизнь ближним своим несносным характером, - он будет, тем не менее, вставать в пять утра, (типичное время пробуждения и ухудшения самочувствия у пациентов с хроническим отравлением), греметь на кухне кастрюлями и половниками, готовить жирный плов из перемороженного неизвестно какой давности мяса или жарить не менее сомнительные окорочка, - а потом все это с каким-то экстатическим упоением пожирать. И снова мучиться, и медленно умирать, тупо уставясь в телевизор, и снова есть, есть, есть!

Ведущий мотив - все тот же страх. Разум, у кого он еще остался (вообще- то на такой диете эта функция отмирает первой), говорит, что нельзя наесться впрок, но пережитый отрицательный опыт и порожденный им страх упрямо твердит свое: есть! Есть больше, есть скорее, забивать холодильник едой, выкидывать протухшее и снова бежать в магазин!..

По этому лишь штриху можно представить весь ужас, что довелось пережить нашим несчастным старикам.

Как и сделать вывод, что маленькая фальшь порождает большую, а та, в свою очередь, -

глобальную, которая фейерверком уже вполне весомых кирпичей рассыплется по нашим же головам. От "Утопии" Томаса Мора к "Капиталу" Карла Маркса, от "Антидюринга" - к обществу равных возможностей, где все заодно и нет места индивидуальным страхам, как и самому понятию индивидуальности; далее - к ненависти, голоду, полнейшей нравственной деморализации и... - все к тому же чувству абсолютной беспомощности и полнейшей уязвимости своей отдельно взятой персоны перед лицом жестокого и непредсказуемого мира, с чего когда-то все и началось.

Незрелое сознание заставляет людей кучковаться в банды на принципах этнических, географических и даже конфессиональных (не парадокс ли!). Неважен принцип в конце концов, важно наличие некоего духовного барьера, по одну сторону которого я и мы, а по другую - все остальные. Важен лозунг: кто не с нами, тот против нас. Так спокойнее, уютнее. Девальвируя вселенские страхи до зримых очертаний тебе известных людей и вещей, наделяя эти страхи именем "враг", ты тем самым обретаешь позицию и успокаиваешься - нет, замолкает подсознание, его голос заглушает кипящий яростью напуганный разум, избавиться от страха можно только убив страх. Значит, нужно убивать. Неважно, кто и что перед тобой. Если ОНО из-за барьера, с той стороны, если ОНО напрямую ассоциируется с ощущением страха в тебе - это ОНО и будем убивать. Незрелое сознание, сознание напуганного жизнью ребенка отмечает любую возможность альтернативного взгляда на вещи, любую возможность существования иной системы координат, иных жизненных позиций, жизненных ценностей, иного мерила этих ценностей...

И не стоит ломать голову, откуда берутся нравственные уроды, нелюди в человеческом обличье, террорист, прикрывающий семьдесят килограммов собственной перепуганной плоти беспомощным заложником - все оттуда же. Из детских сказок про Бабу-ягу, вовремя не рассказанных ему заботливой нянюшкой, из детских инфекций, которыми он вовремя не переболел, из нашего социального устройства, в конце концов, и наших заблуждений.

Можно прожить жизнь, сложив руки перед грядущим Небытием. Можно, отбросив лишние мысли, просто делать свое дело, растить детей. Можно всю жизнь карабкаться тернистыми склонами самосовершенствования, можно растворить свое "Я" в религиозном экстазе...

Все позиции будут равновелики. Потому что в мире сущего истинно все. Неистинно лишь отношение человека к Сущему и к самому себе. На мой взгляд, именно род смерти определяет, насколько истинной была позиция человека в жизни. Старушка-молочница, у которой я брал когда-то молоко, умерла, как и жила, - прекрасно: подоила корову, пришла домой, легла и больше не встала.

Мы по привычке считаем взрослым человека, перешагнувшего некий возрастной рубеж, получившего паспорт. Собственно, в нашей системе координат нет места другим привычкам и другим взглядам. И хотя очевидно всякому, что все негативные стороны жизни в социуме - от терроризма до коррупции - есть следствие душевного изъяна конкретного человека или группы людей, следствие элементарной душевной незрелости - наша наука психология явно пасует перед практическим решением таких проблем. Жить в обществе и быть свободным от общества нельзя - с этим высказыванием основоположника бунтарской философии следует согласиться. Но жить в обществе и быть свободным от страхов, на которых это общество выстроено и покоится - вполне возможно. Страх делает человека уязвимым в первую очередь к тем факторам, которые этот страх вызывают. Не стоит строить сложных теорий, экстраполировать эту сильнейшую эмоцию по воображаемой оси времени в некое будущее и готовить ей некую нишу-капкан в поле житейских вероятностей. Не ищите пределов времени, свое прошлое и свое будущее мы несем с собой, и первое достаточно жестко если не программирует, то предопределяет второе.

Страх - это беспокойство, тревога, боль, ненависть, обида, жадность... Все это лица одной

эмоции. И может ли быть счастлив человек с таким грузом? Истинно счастливым может быть только истинно свободный. Пока человек боится, он несвободен.

И как тут не процитировать Чехова с его "По капле из себя раба..."? Как только этот процесс набирает силу, у человека появляется право выбора - право свободного человека. Феноменально ощущение Я, в ноумене страх, уходит в ноумен ощущение Я - и появляется феномен любви. Подлинное воплощение в своем теле, а своей персоны - в мире, в условиях планеты Земля, прекрасной, в общем-то, планеты, что там говорить, - возможно только на путях слияния с этой планетой, с силами, что здесь господствуют, на путях смирения и полного приятия того, что есть, что случилось и что случится. Мы все, все человечество - лишь материальный субстрат для проявления, реализации иной волны. Человеку в этом мире отведена роль статиста, наблюдателя до тех пор, пока не умерли в нем страхи. Появляется феномен любви, и тогда вдруг становятся востребованными все качества личности: его интеллект, теневые или светлые стороны его души, мироощущение, и, конечно, ощущение собственного "Я". И тогда уже во многом от самого человека зависит, от его внутреннего выбора, станет ли он сам событием или уйдет со сцены все тем же статистом. Свобода и счастье - это элементарная любовь к окружающему миру. Так легко, и так сложно...

Обществом рабов, обществом напуганных людей проще манипулировать и управлять. Вся история человеческих сообществ - это история страха как универсального орудия принуждения и подчинения, самого действенного социального инструмента.

Впрочем, тема наших исследований лежит несколько в стороне от темы политики и социума. Страх как нежелание действовать. Страх как нежелание видеть. Страх как основополагающий мотив мировоззрения. Это вопросы самого злободневного бытия, и касаются они любого. И где, позвольте спросить, в этом безумном копошении есть место венцу? По-моему, у человека от венца имеется одна лишь венечная борозда.

Бог не любит жадных и гордых... Бог любит знающих свое место. Как хотите, соратники по трону, а я слезаю. Скучно и неудобно мне на этом жестком стуле.

Нишкни меня, Господи!