

Алипов Н.

Т Р У Д
г. Москва

2'9 АВГ 1985

МЕДИЦИНА И ЖИЗНЬ

Возвращенная молодость — это не сказка

На страницах «Труда» уже была встреча с профессором, доктором медицинских наук Владимиром Сергеевичем БЕЛЯЕВЫМ, заведующим кафедрой глазных болезней Российского Университета дружбы народов. По просьбе наших читателей мы встретились с профессором вновь.

— Владимир Сергеевич, в каком-то смысле вы подводите сейчас итоги сорокалетней работы в науке...

— После 40 лет работы я пришел к итогу своей научной деятельности — ридскую выступить с гипотезой «О теории медицины». А пока делюсь этим «секретом» с вами (Подробности этой гипотезы есть в нашей последней книжке «Хирургическая профилактика и коррекция прогрессирующей близорукости»). Суть в том, что, ослабляя от сдавливания нервные корешки мы поддерживаем (как и в зрелом состоянии зернее в состоянии тканевой динамики — что «сохраняет нам зубы, волосы и иллюзии»). Я, к примеру, многие годы делаю растяжение шейных позвонков, этому меня научил еще отец.

— Не поучите ли этому наших читателей?

— Надо, умеренно приподнимая голову слегка растягивая шею, делать утром 20 наклонов вперед-назад и так же приподнимая голову своими руками справа-налево — еще 20 раз. Занимает это всего 30 — 40 секунд, но сохраняет молодой кожу лица шеи, предотвращает развитие пролиферации жировых клеток (шея не толстеет), предохраняет сосуды головы от облитерации и склероза. Это влияет и на кровоснабжение глаза.

Спинальный мозг при обычном висании на перекладине (турник) с расслабленными мышцами тоже делает свободным выход нервных корешков и держит в зрелом состоянии наши органы. Это не позволяет жировой ткани бурно разрастаться.

— К сожалению, в наших кварталах не всегда возможно заниматься спортом...

— Ерунда! Надо только захотеть. Турник можно соорудить в любом доме. По утрам я лично вешу на трубе, приделанной на косяках двери и жена тоже висит столько, сколько может 2 — 3 раза по 30 секунд. Вес тела удлиняет позвоночник на 1 — 2 сантиметра и освобождает корешки нервов, идущие от спинного мозга к органам нашего тела.

Растяжение шейных позвонков и расслабление межпозвонковых отверстий при повисании на руках — это прекрасная профилактика радикулитов. Кроме того, удлинение позвоночника предупреждает многие болезни, делает человека моложе и красивее.

— Ваш опыт подтверждает, что традиционная медицина сегодня оказывается не столь уж эффективной?

— Лекарственная медицина в наш век «цивилизации» с лежанием у телевизора и отдыхом (цель такой цивилизации — уют и покой) ждет пока разовьются болезни и длительно удерживает их

лекарствами (к примеру, ин при «автодиабете» у седо автомобиле, дексазон, антики при воспалении). А лучше с умом, естественными способами, а не лекарствами.

— Что такое нервизм? И стно, что эту теорию в время развивали наши великие ученые — Сеченов, Паи Боткин.

— Как известно, 90 проц болезней — на «нервной пи. Мы к этому начинаем приви. Нервы держат ткани в нормном зрелом функциональном состоянии, без их влияния бурно размножаются — это бенно видно по жировой. Наша основная задача — осдить нервные корешки от сдавливания, и тогда наши органы будут здоровы.

— Иными словами, м «сделать» себе новый пн очник?

— Поль Брэгг долгие годы чал, какие упражнения наи полезны для позвоночника, мающиеся по его методике тигают поразительных рез

тов не только полностью восстанавливают функции позвоночника, но и оздоравливают весь организм. Гимнастика по Брэгу освобождая спинномозговые корешки, лечит не только от радикулитов, но и от ожирения, женских болезней и неврозов. Освобождая корешки, она ведет к восстановлению чувствительности женской сферы, тем самым предотвращая неврозы (по Сеченову — Фрейду), возникающие на почве сексуального неудовлетворения у женщин. Почему полезны танцы типа рок энд-ролл, брэк, почему Поль Брэг и сам часто танцевал? Потому что это восстанавливало чувственность, а восстанавливая чувственность, мы возвращаем и продлеваем молодость.

— И у вас есть примеры возвращенной и продленной чувственности, то есть — молодости?

— Несколько лет назад мы читали лекции врачам Кубы, жили неделю в лагере для интуристов недалеко от города Санта-Клара. По вечерам на танцплощадке устраивали концерты и танцы для интуристов, в основном кубинок, эмигранток из США. Как смеялись кубинские мулатки, когда устраивали соревнования для гостей! Мулатки вставали на руки и носки ног и опускали живот до земли, прогибая позвоночник. А интуристки-коммерсантки, вкушившие американской цивилиза-

ции (деньги, автомобиль, видеомагнитофон) не могли согнуть свою окостенелую спину.

Почему мулатки Кубы, танцующие Индия, черкешенки, гуркменки, татарки, французки, женщины Востока были горячими в любви? Они или танцевали, как кубинки или индианки, или молились неистово, как мусульманки, освобождая свои позвоночники. Бог Алла или Будда награждал их за это здоровьем, любовью, восстанавливая чувственность, давая удовлетворение и счастье в любви.

— Не далеко ли, Владимир Сергеевич, мы ушли от вашей профессии? Вы ведь — глазной врач.

— Совсем не далеко. Как говорил академик Филатов «нет узких специальностей — есть узкие специалисты». Зачем нам грудно и долго лечить глаукому, диабет, сосудистую патологию, близорукость и пр. и пр.? Вполне вероятно, что все это — проявление неврозов. Давайте попробуем их предотвратить, вернемся к профилактической медицине.

— Думаю, наша беседа поможет многим нашим читателям повернуться лицом к самим себе, лицом и умом к своему здоровью...

— Для этого всего лишь надо преодолеть свою лень и вспомнить слова мудрых: «Движение есть жизнь».

Беседу вел
Николай АЛИПОВ.