

ПАВЕЛ ДМИТРИЕВ

ПРИГОВОР  
РАКУ

Как одержать главную победу  
в своей жизни



# ПРИГОВОР РАКУ

Эта книга – для тех, кто не согласен с приговором, который вынесла им система здравоохранения. В ней описан древний и чрезвычайно эффективный способ избавиться от злокачественных новообразований раз и навсегда. Это шанс на здоровую жизнь для вас и ваших близких. Это приговор раку. И он не подлежит обжалованию.

Когда врач говорит вам, что рак – это не приговор, дело плохо. Вас ждет дорогое и мучительное лечение, которое, скорее всего, не поможет, а затем еще более мучительная смерть. Шанс на ремиссию невысокий, и если даже вам сказочно повезет, то вся дальнейшая жизнь пройдет в постоянном страхе рецидива. Но есть и другой путь.



[mushroomfoundation.org](http://mushroomfoundation.org)



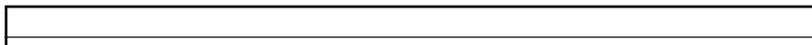
# **ПРИГОВОР РАКУ**

Как одержать главную победу  
в своей жизни



# Содержание

<b>Отказ от ответственности</b>	5
<b>Введение</b>	7
<b>Ох уж эта наука: онкологические заболевания с точки зрения официальной медицины</b>	11
История болезни	13
Печальная статистика	17
Загадка канцерогенеза	19
От зарождения болезни до смерти пациента	26
Лечит и калечит	30
Путь в никуда	36
<b>Истинные возможности вашего организма: исцеление без вреда для здоровья</b>	41
Почему в вашем здоровье никто не заинтересован?	43
Холистические методики исцеления	44
Структура вашего разума	48
Основы психосоматики	55
Сквозь призму психоонкологии	61
Но где же результаты?	69
Истинная причина рака	77
<b>Лекарства будущего рядом из прошлого: священные растения и грибы</b>	89
Больше, чем растения	90
Истории, которые дают надежду	101
Знакомство с растениями-учителями	107
Гриб как лекарство	113
Красная шляпка и красочные трипы	124
Главные звезды псилоцибиновых трипов	131
Великая тайна окончательной победы над раком	135
<b>Заключение</b>	149





# Отказ от ответственности

Автор предупреждает, что все написанное в этой книге — его личное мнение, основанное на сведениях из открытых источников, и не претендует на истину в последней инстанции. Автор не преследует цели оскорбить кого-либо или чьи-либо убеждения.

Книга написана исключительно в образовательных целях и не призывает к каким бы то ни было действиям. Если вы решите предпринять что-либо на основе прочитанного, то только вы несете ответственность за свои поступки и их последствия.

Прежде чем действовать, воодушевившись идеями из этой книги, вам следует проконсультироваться с лицензированным врачом или другим квалифицированным специалистом в зависимости от области знаний, которой касаются ваши намерения.

Автор не несет ответственности за ущерб здоровью и имуществу, которые вы можете причинить себе, основываясь на идеях из этой книги.



# Введение

---

**Н**есмотря на то что это уже моя 16-я книга и вся моя профессиональная карьера посвящена помощи людям, подступиться к ней было особенно сложно. Мне не впервой говорить о серьезных заболеваниях, знакомить читателей с инновационными методиками и давать надежду тем, кто давно ее утратил. И все же выйти на тропу войны со страшнейшим из недугов, в борьбе с которым человечество так и не достигло существенных успехов, — самое амбициозное из моих решений.

Люди прозвали СПИД чумой XX века. Со временем лишь модифицировали этот эпитет: на дворе как-никак уже XXI столетие. Сегодня миллионы и даже миллиарды повергнуты в ужас пандемией COVID-19. Когда-нибудь этот вирус, унесший жизни миллионов, тоже получит грозное прозвище. И все же в статусе величайшей опасности для человечества он продержится не так уж долго. Ученые совершат в своих лабораториях еще несколько прорывов, после чего великий и ужасный COVID-19 перейдет в одну категорию с гриппом или, скажем, ветрянкой. А то и вовсе уйдет в небытие, как бубонная чума. На троне снова воцарится действительно самая опасная болезнь в истории — рак.

Впрочем, было бы ошибкой говорить, что онкологические недуги хотя бы ненадолго покидали трон. Это общество переключалось то на птичий или свиной грипп, то на вирус Эбола, то на коронавирус. А рак методично и безжалостно продолжал свою страшную миссию и день за днем, год за годом забирал жизни миллионов людей на планете. Он не передается ни половым, ни воздушно-капельным путем, как периодически затмевающие его вирусные заболевания. Но все же этот убийца ужасающе результативен, и на его счету великое множество жертв.

Рак появился не 20, не 30 и даже не 100 лет назад. Этот враг сопровождает человечество очень давно, сея смерть

и страшное горе в миллионах семей по всему миру. Ему плевать на возраст, пол, цвет кожи, образование, религию и мировоззрение — любой может стать его жертвой. Лучшие умы нашей цивилизации уже давно сплотились в борьбе против рака и ведут бой не на жизнь, а на смерть. К сожалению, пока что чаще на смерть. А если и добиваются победы немислимыми усилиями, то зачастую болезнь вскоре возвращается, чтобы атаковать с утроенной силой. Как бы мы ни болели в этой схватке за современную медицину, приходится констатировать, что ученые до сих пор не могут похвастать результатами, которых мы от них давно ждем. А значит, человечество если не безоружно, то по крайней мере очень плохо вооружено в борьбе с опаснейшим из своих врагов.

Не кажется ли вам, что мы что-то делаем не так? А может, не что-то, а вообще все? Не тычут ли современные ученые пальцем в небо и не делают ли поспешных выводов в случае успеха? Так много вопросов и так мало ответов! А ведь от них зависит судьба миллионов людей, которые уже живут и которым еще только предстоит родиться. Мы должны получить эти ответы во что бы то ни стало. А для этого нужно снять пелену с глаз, посмотреть на проблему под другим углом и, что самое главное, перестать бороться с последствиями и выявить истинную причину. Таков ключ к победе в этой затянувшейся войне.

Рано или поздно к этому придут все представители научного сообщества, но пока что альтернативная точка зрения на проблему — удел не слишком многочисленной группы исследователей. Вам же я предлагаю не терять времени и отправиться на поиски правды прямо сейчас. Научиться задавать правильные вопросы, беспристрастно изучать факты, тщательно анализировать информацию и открыться новым концепциям. Поднимитесь над приземленным стереотипным представлением о человеческом организме и главной

---

опасности для него. Осознайте суть проблемы и овладейте эффективным инструментом для борьбы с ней.

Вы уже готовы победить, просто пока не знаете этого. Но скоро все изменится.

Ох уж эта наука:  
онкологические  
заболевания с точки  
зрения официальной  
медицины

**В**ы наверняка ждали не этого. Книга об инновационных методах борьбы не должна начинаться с краткого пересказа классических теорий, верно? Как бы не так! Во-первых, я не собираюсь понапрасну выставлять представителей официальной медицины в негативном свете и признаю их достижения, хотя и исповедую другие взгляды на методiku решения этой проблемы. Во-вторых, даже если вы ничего не смыслите в элементарных аспектах онкологии, то ваше представление об этих заболеваниях все равно базируется на версиях официальной науки. Или же на мифах, основанных на них. Поэтому разобраться в данном вопросе все равно необходимо.

Официальная версия современной науки — лучшая отправная точка для этой книги. В конце концов, человечество не зря на протяжении тысячелетий по крупницам собирало информацию об опаснейшем из недугов. И хотя эта версия так и не привела нашу цивилизацию к победе, она все же показывает, насколько коварен наш враг и как дорого обходятся ошибки, а также дает общее представление об этапах и принципах развития онкозаболеваний.

Мне не нужно выдумывать какие-то небылицы о современной медицине и даже подчеркивать ее недостатки. Но это не значит, что я не буду о них говорить. Глупо не замечать слона в комнате. Особенно когда этот «слон» — миллионы людей, ежегодно проигрывающих битву с онкозаболеваниями и умирающих в страшных муках. Не говоря уже о миллионах якобы исцелившихся, но на самом деле лишь отсрочивших неизбежное. За такое положение дел отвечает прежде всего современная официальная медицина.

Достаточно лишь объективного взгляда на онкологию — и любой здравомыслящий человек поймет, что к чему. Стоит лишь сравнить потенциал методик и сделать закономерный вывод. Но пока что давайте дадим слово официальной медицине.

## История болезни

Современные медики многое могут рассказать об онкологических заболеваниях. Но, чтобы узнать о том, насколько давно они досаждают человечеству, лучше обратиться к историкам. И даже к археологам. Ведь новейшие исследования останков динозавров доказывают, что еще древние гигантские рептилии болели и даже умирали от рака. То есть онкозаболевания существовали по меньшей мере 65 млн лет назад, что позволяет отнести их к древнейшим недугам на планете.

Разумеется, эта печальная участь постигла и биологические виды, пришедшие на смену динозаврам. По подсчетам экспертов из Общества по сохранению дикой природы (WCS), животные, как и люди, в 10% случаев умирают из-за онкологических заболеваний. Собаки, кошки, крысы и прочие домашние питомцы нередко становятся жертвами этого недуга. В дикой природе дела порой обстоят еще хуже, и некоторые виды оказываются на грани вымирания как раз из-за онкологии. Например, популяция тасманийских дьяволов из-за рака кожи сократилась на 70% всего за полтора десятилетия. Белухи, обитающие у побережья Канады, массово страдают раком кишечника. Рак половых органов часто атакует тусклых дельфинов и калифорнийских морских львов. А у зеленых морских черепах исследователи в последнее время регулярно фиксируют опухоли во внутренних органах и на коже, спровоцированные фибропапилломатозом. Хотя существуют и обратные примеры — слоны и голые землекопы, которые болеют раком намного реже.

Медики, изучавшие археологические находки, нашли доказательства того, что различные онкологические заболевания поражали еще неандертальцев. Богатый исследовательский материал предоставили ученым древние египтяне. Ритуалы погребения знатных особ путем мумификации и сохранения основных внутренних органов позволили поставить

диагноз умершим еще в IV веке до н. э. и выявить различные онкологические недуги. Впрочем, самые ранние упоминания о них датированы XVII веком до н. э. Речь о древнеегипетском папирусе Эдвина Смита, где описаны 8 случаев опухолей и попытки их удаления путем прижигания, а также выводы, что эта болезнь неизлечима. Аналогичные сведения встречаются в письменных источниках древнего Вавилона, Индии и Китая.

Не обделил вниманием эту тему и великий Гиппократ. Именно он предложил термин «карцинома», которым медики пользуются до сих пор. Название обусловлено схожестью опухоли с раком (carcinus). В своем научном труде «Карцинома» отец медицины описал несколько разновидностей болезни на примере своих пациентов. Еще один великий лекар античности, но уже не греческий, а римский, — Цельс — тоже внес свою лепту в изучение этого недуга. Именно он открыл фиксацию метастазов в лимфоузлах. Впрочем, еще долго врачи не могли понять механизм развития онкологии, а единственным методом борьбы с опухолями было их хирургическое удаление.

В Средние Века ситуация не улучшилась. Онкологические заболевания просто остались в тени бубонной чумы и других инфекционных недугов, на нескольких веков превративших в ад жизни миллионов. Тем не менее рак был настолько же распространен, как и сейчас, уверяют ученые. Не щадила болезнь даже правителей. Так, например, король Неаполя Фердинанд I умер от аденокарциномы прямой кишки. Следы именно такого рака, наряду с базально-клеточной карциномой, ученые чаще всего обнаруживают в останках эпохи Средневековья. Причиной возникновения опухолей тогдашние эскулапы считали стрессы, раздражение кожи, а также попытки физически воздействовать на появляющиеся в теле уплотнения. Помимо хирургического вмешательства, в качестве лечения практиковали диету, спокойный образ жизни, употребление настоек и прикладывание трав.

Совершенно новые перспективы открыло перед медиками изобретение микроскопа: они могли рассмотреть проблему в деталях. Перечислять можно очень долго, но, чтобы разрушить популярный стереотип о слабой информированности врачей об этой болезни вплоть до XX века, хватит и основных фактов:

☑ Уже в 1739-м хирург Петр Вяземский составил подробную инструкцию по удалению онкообразований.

☑ В 1775-м его британский коллега Персивалл Потт доказал, что трубочисты часто страдают раком кожи из-за постоянного контакта с частицами дыма и продуктами перегонки угля.

☑ В 1850-х был усовершенствован микроскоп, и скачок совершила патологическая анатомия, благодаря чему было изучено клеточное строение опухолей.

☑ В 1879-м появился новый метод диагностики — биопсия.

☑ В 1889-м немецкий ученый Рудольф Людвиг Карл Вирхов выдвинул теорию о том, что причиной онкозаболеваний могут быть травмы и прочие грубые воздействия.

☑ В 1893-м, после изучения влияния лихорадки на опухоли, зародилась методика использования гипертермии в борьбе с раком.

Уже в XX век человечество вступало с солидным багажом знаний об онкологических заболеваниях, их причинах и даже некоторых методах борьбы с ними. Именно на этом фундаменте и продолжила стремительно развиваться научная мысль. По всему миру открывались профильные институты и медучреждения. Прошрое столетие превратилось в череду важных открытий, о которых можно было бы написать десятков книг. Пройдемся лишь по ключевым пунктам этого насыщенного временного отрезка:

☑ В 1909-м Эмиль Теодор Кохер получил Нобелевскую премию за исследования в области физиологии, патологии

и хирургии щитовидной железы. Его подход лежит в основе современных методик лечения рака этого органа.

☑ В 1910 году Френсис Пейтон Раус выявил вирусную природу некоторых видов саркомы, заложив основу вирусной теории онкологических заболеваний. Кроме того, в ходе опытов на животных ученый обнаружил канцерогенные свойства ультрафиолетовых и рентгеновских лучей, а также радиоактивных веществ.

☑ 1913-й стал годом изобретения маммографии — эффективного метода обнаружения рака молочной железы.

☑ В 1933-м онкологи из разных государств создали Международный противораковый союз.

☑ С 1945-го медики пользуются таким эффективным инструментом, как анализ крови на онкомаркеры, позволяющий определять наличие и степень развития злокачественных опухолей в организме.

☑ В 1965-м в ВОЗ был создан Отдел рака. В этом же году начало работу МАИР (Международное агентство по изучению рака).

☑ 1972-й ознаменовался изобретением компьютерной томографии.

☑ 1973-й — год создания магнитно-резонансной томографии.

☑ В 1989-м Джон Майкл Бишоп и Харолд Эллиот Вармус получили Нобелевскую премию за открытие первого онкогена вируса саркомы Рауса.

☑ В 1990-м Эдвард Донналл Томас также стал нобелевским лауреатом — за первую в истории пересадку костного мозга.

☑ 2002-й тоже не обошелся без Нобелевской премии, косвенно затрагивающей борьбу с раком. В этом году Сидни Бреннер был награжден за открытие генов, ответственных за развитие органов и апоптоз — программируемую гибель клеток.

Впрочем, последний пункт уже касается нашего с вами XXI века. Это тот этап борьбы ученых и медиков со страшной-

шим недугом, который вы наверняка застали сами. А значит, знаете, что революция так и не состоялась. Не хочется обесценивать усилия медиков, но сегодня человек, несвоевременно обратившийся к врачу, настолько же бессилён перед раком, как и его предок 100, 200 или даже 1000 лет назад. Исследователи постепенно открывают все новые и новые кусочки этого пазла, но до сих пор не видят картину целиком. Более того, многие из них даже не хотят ее увидеть. А люди тем временем продолжают гибнуть миллионами.

## Печальная статистика

Несмотря на все старания ученых и даже кое-какие успехи, глобальные тенденции все равно неутешительны. ВОЗ ведет тщательную статистику заболеваемости раком. Для этого даже разработан особый поэтапный подход к эпиднадзору (STEPS). Чтобы отслеживать и анализировать факторы риска развития таких болезней, применен целый комплекс инструментов и методик. Эта информация помогает разрабатывать и внедрять более эффективные программы борьбы с онкологическими недугами. Была создана и глобальная обсерватория здравоохранения ВОЗ — онлайн-база, содержащая сводные данные по исследованиям всех стран-членов организации.

В 2020 году в мире было зафиксировано 19,3 млн новых случаев онкологических заболеваний. За этот же период от рака скончалось около 10 млн пациентов. Данный недуг медики рано или поздно диагностируют у каждого пятого человека на планете. Каждая одиннадцатая женщина и каждый восьмой мужчина из ныне живущих отправится на тот свет из-за онкологических заболеваний. В целом же они оказываются причиной примерно 13% от общего количества смертей во всех странах мира.

На 10 самых распространенных разновидностей рака приходится 60 % новых случаев и 40 % рецидивов. Летальный исход, согласно статистике, наступает примерно в 70 % случаев. Женщин чаще всего убивает рак молочной железы, второе место занимает рак легких, третье — прямой кишки. Среди мужчин наиболее распространен рак легких, чуть реже болезнь атакует простату и желудок. Таким образом, звание главного убийцы человека остается за раком легких. По мнению ученых, порядка 40 % всех случаев онкологических заболеваний спровоцированы курением и алкоголизмом. Еще примерно в 20 % случаев на состоянии здоровья пациента сказались другие аспекты нездорового образа жизни, в числе которых неправильное питание, ожирение и стресс.

Процент проживших минимум 5 лет после постановки диагноза постепенно растет, и на сегодняшний день таких людей уже свыше 50 млн. Но эта положительная тенденция не отменяет пессимистичных прогнозов. Так, ученые предсказывают, что к 2040-му ежегодное количество новых случаев заболевания раком возрастет на 47 % по сравнению с нынешними показателями. Прежде всего это коснется государств со средним и низким индексом развития человеческого потенциала. По мнению авторов прогноза, важную роль в этом процессе сыграют неправильное питание, курение, алкоголизм, малоподвижный образ жизни и ухудшающаяся экологическая обстановка.

Рак не только приносит горе каждому в отдельности, но и ложится тяжелым социально-экономическим бременем на общество в целом. Чтобы оценить этот ущерб, специалисты рассчитали специальный показатель — DALY (годы жизни, скорректированные по нетрудоспособности). Он, в свою очередь, складывается из двух частей: YLL (ожидаемое количество потерянных лет жизни) и YLD (ожидаемое количество потерянных лет трудоспособной жизни). И если в 2007-м по степени

ущерба онкозаболевания занимали лишь шестое место, то всего через 10 лет прочно обосновались на втором, уступая лишь сердечно-сосудистым недугам. Например, в 2017-м размер DALY из-за рака составил 233,5 млн лет. Вдумайтесь: целых 233,5 млн лет страшный недуг отнял у человечества всего за год! А за всю свою историю наша цивилизация недосчиталась сотен миллиардов лет!

Эти цифры поражают! И я настоятельно рекомендую забыть о циничной фразе, что смерть миллионов — это статистика. За каждой из этих цифр кроется чья-то трагедия. Ребенок, оставшийся без отца или матери. Рано овдовевший супруг. Родители, похоронившие маленького ребенка. Человек, чьим планам не суждено было сбыться. Задумайтесь, сколько великих ученых не совершили свои открытия! Сколько творцов не сотворило прекрасных шедевров! Сколько грандиозных замыслов так и не воплощено в жизнь! Просто потому, что каждый из этих людей в один далеко не прекрасный день услышал от врача не диагноз, но приговор. Еще хуже то, что некоторые слышат его прямо сейчас, в эту самую минуту. Тысячи людей эта участь ожидает завтра, послезавтра, каждый день. На протяжении многих лет и даже десятилетий. До тех пор, пока медики не увидят истину.

## Загадка канцерогенеза

Скорее всего, вы читаете эту книгу не от хорошей жизни. Здоровье — как воздух: мы замечаем его лишь тогда, когда его кто-то испортил. Поэтому большинству здоровых нет дела до рака. Большинство тех, в чьи семьи никогда не врвался этот страшный диагноз, не станут вникать в теорию онкогенеза. Но вы вынуждены это делать, потому что для вас «злокачественное новообразование» — не просто слова. Возможно, прямо сейчас, когда вы читаете эти строки, с онкологией борется кто-

то из ваших близких. Или даже вы сами. Вы возлагаете большие надежды на эту книгу. Уверяю, они оправдаются, но всему свое время. Сперва нужно понять, каковы причины возникновения рака. Не зная их, невозможно эффективно противостоять болезни. Ведь тот, кто борется только с последствиями, лишь оттягивает неизбежное.

### Опасность на каждом шагу

Главенствующая теория канцерогенеза — мутационная. Ее формирование началось в 1914 году, когда немецкий биолог Теодор Бовери предположил, что злокачественные опухоли возникают из-за нарушений в хромосомах. Затем на протяжении сотни лет ученые находили доказательства этой гипотезы и пришли к выводу, что любая клетка в нашем теле может стать раковой, потому что ее ДНК содержит протоонкогены. Всего одна мутация — и протоонкогены превращаются в онкогены, после чего клетка становится опухолевой. Но этого не происходит повсеместно, потому что на страже нашего здоровья стоят гены-супрессоры. В теле взрослого человека около 30 триллионов клеток, и в каждой из них на протяжении всей вашей жизни безостановочно идет битва генов-супрессоров с раковыми мутациями.

У рака в этой войне есть союзники — канцерогены. Речь о внешних факторах, увеличивающих вероятность злокачественных мутаций. По мнению онкологов, до 90% всех раковых образований — результат их воздействия. Чуть позже вы поймете, почему эти цифры — статистика Шредингера: она правдива, но одновременно вводит в заблуждение. Международное агентство по изучению рака при ВОЗ исследует влияние окружающей среды на развитие болезни. На сегодняшний день ученые насчитали 121 безусловно канцерогенный фактор, 89 — вероятно канцерогенных, 319 — возможно канцеро-

генных и 500 факторов, за которыми пока не замечено ничего дурного. Канцерогены можно разделить на 4 группы:

☑ *Химические вещества.* Каждый знает, что курение вызывает рак, что лучше избегать алкогольных напитков и не жечь сухую листву. Но на самом деле химических канцерогенов в сотни раз больше. Они буквально на каждом шагу. Выхлопные газы, продукты горения угля и бытового мусора, древесная пыль, необработанные минеральные масла, соленая рыба, колбасы, сосиски, мясные консервы, овощи, выращенные с использованием азотных удобрений, пищевые красители и ароматизаторы (многие из тех самых «Е», например E121 и E123) — этот список можно продолжать почти бесконечно. Канцерогены содержит даже мясо, запеченное в духовке или на вертеле. А еще асбест, многие виды резины, пластика, смол, которые активно применяют в строительстве, побочные продукты металлургии — словом, у вас нет ни единого шанса избежать воздействия этих веществ.

☑ *Физические явления.* Ультрафиолет вызывает меланому, а альфа-, бета-, гамма- и другие виды ионизирующего излучения — рак внутренних органов. Никогда не задумывались, почему радиация считается одновременно и причиной злокачественных опухолей, и способом их лечения? Многие из нас боятся рентгена, но караулят дешевые авиабилеты, чтобы увидеть мир. А получают не только новые впечатления, но и дозу ионизирующего излучения. Радиационный фон в самолете — по меньшей мере в 15 раз выше нормы. И чем больше высота полета, тем хуже. Но причиной рака может стать и банальное термическое воздействие. Например, горячая пища или грелка. Чтобы не мерзнуть зимой, кашмирцы носят под одеждой горшок с тлеющими углями — кангри. Он-то и дал название раку кожи передней брюшной стенки — рак кангри.

☑ *Онковирусы.* Ученые утверждают, что каждый четвертый, у кого обнаружен первичный рак печени, заболел из-за ви-

руса гепатита В. Каждый второй пострадавший от лимфомы Ходжкина — из-за герпесвируса 4-го типа (Эпштейна — Барр). Почти все больные саркомой Капоши — из-за герпесвируса 8-го типа. Ежегодно медики диагностируют около 300 000 случаев рака матки, вызванного папилломавирусами. С ними связана и значительная часть опухолей полового члена. Также существуют убедительные доказательства, что большинство разновидностей рака желудка спровоцированы бактерией *Helicobacter pylori*, а Т-клеточный лейкоз и Т-клеточная лимфома — Т-лимфотропным вирусом человека.

☑ *Наследственность.* Онкологические болезни не передаются от родителей к ребенку, но расслабляться рано. Официальная наука предупреждает, что вы можете унаследовать мутацию или склонность к мутациям, а также особенности функционирования некоторых систем ДНК. Все это, если не повезет, спровоцирует возникновение опухоли. Стоит напиться, когда рак диагностирован у нескольких кровных родственников одной линии (по матери или по отцу) или у одного близкого родственника выявили сразу несколько онкологических заболеваний. Если это произошло до 50 лет, врачи рекомендуют регулярно проходить обследования, чтобы, если обстоятельства сложатся не лучшим для вас образом, диагностировать рак еще на ранней стадии.

## Казус канцерогенов

Похоже, человечество угодило в ловушку. Факторов, названных канцерогенными, слишком много. Выбрались на пляж или просто оказались на улице в светлое время суток — повысили свои шансы на опухоль. Сходили за покупками в супермаркет — вернулись с полной сумкой канцерогенов. Пользуетесь помадой или кремом для лица? Поздравляю, вы в группе риска. В 2021 году группа ученых из университетов

Нотр-Дам, Торонто и Индианы, а также Швейцарской высшей технической школы Цюриха провела масштабное исследование рынка косметики. Оказалось, что больше половины продуктов содержат канцерогенные пер- и полифторалкильные вещества. Все в этом мире работает против вас: флюорография, путешествие на самолете, шашлыки с друзьями, коктейли по пятницам, даже ремонт. Что уж говорить о вредных привычках и проживании неподалеку от промпредприятий?

Вот откуда 90%, заболевших раком из-за внешних угроз! Если каждый человек на планете регулярно взаимодействует с десятками канцерогенных факторов и не может ничего с этим поделать, то, заболев, он неизбежно пополняет статистику тех, кто пострадал от канцерогенов. Этот вопрос может прозвучать кощунственно, но все же почему в таком случае раком болеет так мало людей? Напомню, ВОЗ сообщает о 19,3 млн новых случаев в 2020 году. Пугающая цифра, сопоставимая, например, с населением Румынии. Но что, если сравнить ее с 7,7 млрд населения планеты? Это только 0,25%.

Разгадка в том, что сам термин «фактор» не подразумевает неизбежности наступления события, причиной которого оно является. На сигаретных пачках пишут: «Курение вызывает рак легких». Любой медик объяснит, что это упрощение ради убедительности. Правильнее было бы написать: «Курение может вызвать рак легких». А может и не вызвать. Тут уж как повезет. Канцерогенные факторы повышают вероятность, что гены-супрессоры проиграют и протоонкогены мутируют в онкогены, но ничего не гарантируют. Мы живем в мире, в котором ребенок сгорает от рака, а взрослый курильщик, обжигаящийся канцерогенами, доживает до старости и умирает своей смертью.

Британский учитель Мэтт Мидс публично заявлял, что намерен побить рекорд долголетия. Он никогда не пробовал сигареты и алкоголь, не употреблял наркотики, ел только

здоровую пищу, много ходил пешком, занимался фитнесом и всегда использовал солнцезащитные средства. Он был счастлив в браке, избегал стрессов и всегда сохранял позитивный настрой, ведь был убежден, что негативные эмоции ведут к болезням. Мэтт умер в 33 года, через 20 дней после того, как у него диагностировали лейкоз. А Уинстон Черчилль, который ежедневно выпивал по полбутылки шампанского и виски, выкуривал не меньше восьми сигар, презирал спорт и жил в постоянном стрессе, сумел разменять десятый десяток.

Но подобные истории не противоречат официальной теории онкогенеза. Потому что она сформулирована так, чтобы ничто в этом мире не смогло ее опровергнуть. Рак развивается из одной клетки, в которой произошла фатальная мутация. Почему это случилось? Из-за влияния канцерогенных факторов, столь распространенных, что с ними постоянно сталкивается каждый человек на планете. Почему тогда не каждый заболевает? Потому что эти факторы лишь повышают вероятность мутаций. Может, вы заболеете раком. А может, нет. Может, вы уже боретесь с опухолью, потому что ели сосиски и грелись на солнце. А может, вы инфицированы герпесвирусом (как и абсолютное большинство людей на Земле), работаете на мебельной фабрике, курите и выпиваете, но проживете долгую жизнь.

В 1935 году философ и социолог Карл Поппер сформулировал критерий научности, который затем назвали его именем. Это критерий фальсифицируемости: теория не может считаться научной, если ее в принципе невозможно опровергнуть. В качестве примера Поппер сравнивал теории психоанализа Зигмунда Фрейда и индивидуальной психологии Альфреда Адлера. Он заметил, что абсолютно любое поведение можно объяснить этими противоречащими друг другу теориями. Обе они сформулированы таким образом, чтобы каждое событие в мире якобы доказывало их истинность. Поппер писал: «И как раз этот факт — что они со всем справлялись и всегда находили

подтверждение — в глазах их приверженцев являлся наиболее сильным аргументом в пользу этих теорий. Однако у меня зародилось подозрение относительно того, а не является ли это выражением не силы, а, наоборот, слабости этих теорий?»

Ничего не напоминает? Мнение официальной науки, что почти все злокачественные образования возникают из-за канцерогенных факторов, невозможно опровергнуть. Эта теория нефальсифицируема, а значит, не соответствует одному из главных критериев научности. В иных случаях это достаточный повод, чтобы заклеить авторов подобных теорий фантазерами, шарлатанами и пропагандистами лженауки. Но тезиса об определяющей роли канцерогенных факторов в онкогенезе это почему-то не коснулось. Его выдают за чистую монету в энциклопедиях, учебниках для студентов-медиков, в научных статьях и диссертациях. Странно, не правда ли? Так же странно, как и то, что сигареты и алкоголь, якобы вызывающие рак, продаются на каждом углу. Неужели власти абсолютно всех государств не заинтересованы в том, чтобы показатели онкозаболеваний пошли на спад?

Должна быть другая причина!

Может показаться, что я не верю в опасность канцерогенных факторов. Это не так. Многие из них действительно наносят непоправимый вред здоровью. И вполне вероятно, что повышают риск развития онкологических заболеваний. Но статистика и здравый смысл подсказывают, что не они — главная причина рака. Должно быть что-то другое, что объединяет только заболевших, а не вообще всех людей на планете. Что-то, что не свойственно здоровым. Это недостающее звено добавит мутационной теории онкогенеза то, чего ей всегда не хватало, — научности. Она наконец-то начнет соответствовать критерию Поппера. Появится принципиальная возмож-

ность доказать ее ложность. И именно это послужит главным доказательством ее истинности.

Я обнаружил это недостающее звено. У меня не было достаточно ресурсов, чтобы проводить масштабные исследования, поэтому ученые могут упрекнуть меня в ограниченной выборке и поспешных выводах. Да, те самые ученые, которые делают вид, будто не замечают ненаучности теории канцерогенных факторов. Тем не менее десятки и сотни людей, с которыми я сталкивался, развеяли все мои сомнения: у них было кое-что общее, чего не было у здоровых. С чего я взял, что именно это и стало причиной болезни? Все просто. Стоило устранить причину — и исчезали последствия. Люди, которым поставили смертельный диагноз, чудесным образом исцелялись.

Я вынужден приоткрывать завесу тайны постепенно. Если сразу скажу все как есть, большинство читателей закроют эту книгу. Они не поверят, что все настолько просто... и одновременно настолько сложно. И дело не в скептицизме, а в том, как устроен наш разум. Вам слишком долго вбивали в голову ложь. Настолько же очевидную, как то, что небо — зеленое. Стоит теперь заявить, что оно голубое — и ваш мозг откажется воспринимать эту информацию. Так работает критический фактор, о котором я еще расскажу подробнее. Поэтому не торопите события — продолжайте читать эту книгу. Я дам ответы на все вопросы, которые вас интересуют.

## От зарождения болезни до смерти пациента

Ключевой принцип современных методик борьбы с раком — «Кто предупрежден, тот вооружен». По мнению врачей, своевременная диагностика остается ключевым залогом успешного лечения. Отсюда и рекомендации о маммографии раз в год для женщин старше 40, и ежегодные профосмотры

на крупных предприятиях, и многие другие упредительные меры. Но прежде всего спасение утопающих — дело рук самих утопающих.

### Поводы для беспокойства

Каждый должен сам немедленно обратиться к врачу, выявив у себя один или тем более несколько типичных симптомов надвигающейся беды:

☑ *Резкая потеря веса.* Подавляющее большинство пациентов, у которых был диагностирован рак, сталкивались с беспричинным похудением. Если внезапно недосчитались 5–7 кг, не поленитесь пройти обследование. Главный подозреваемый в этом случае — рак ЖКТ.

☑ *Повышенная температура.* Вы не знаете о проблеме, но ваш иммунитет уже вступил в борьбу. При чем лихорадка обычно проявляется не в самом начале, а когда болезнь уже пустила корни в организме.

☑ *Упадок сил.* Не стоит списывать повышенную утомляемость на сезонный авитаминоз или нагрузки на работе. Постепенно усиливающаяся слабость — вероятный признак того, что онкология подтачивает организм изнутри.

☑ *Болевые ощущения.* Зачастую они сигнализируют о поражении раком целой системы, но могут и указывать на присутствие нескольких опухолей в организме. Даже на начальных стадиях развития недуга.

☑ *Изменения кожного покрова.* Речь не только об опухолях на эпидермисе, но и о гиперпигментации, желтухе, крапивнице, эритемах (покраснениях из-за приливов крови к капиллярам) и даже об ускоренном росте волос.

☑ *Новые бородавки и родинки.* А также явный рост и изменение цвета уже существующих. Это может быть признаком меланомы.

☑ *Сильный кашель.* То, что вы списываете на затянувшуюся простуду, может свидетельствовать о раке легких. А хрипкость голоса — повод задуматься, не поразила ли болезнь ваше горло либо щитовидную железу.

☑ *Уплотнения.* Прежде всего в молочной железе, яичках и других мягких тканях. Они могут быть признаком как начальной, так и поздней стадии онкологического заболевания.

☑ *Нарушения работы ЖКТ и мочеполовой системы.* И запор, и диарея могут намекать на рак кишечника. Изменение цвета кала и его количества — тоже. Дискомфорт при мочеиспускании, слишком частые позывы и присутствие крови — довольно веские поводы нанести визит врачу.

Но учтите, что многие больные были бы очень благодарны судьбе за такие сигналы от организма. Потому что зачастую рак очень долго не дает о себе знать, и даже довольно серьезные атаки на организм происходят бессимптомно. Поэтому профилактические обследования — не пустая трата времени, а возможность избежать катастрофических последствий. По крайней мере, если говорить об актуальном положении дел, продиктованном нынешним уровнем развития медицины.

## Деструктивное развитие

Что же происходит в организме больного раком? Формулировка «онкологические заболевания» объединяет свыше сотни различных патологий. У них есть общая черта — генетическая мутация, предполагающая нарушение работы клеток, их бесконтрольное деление и отсутствие корректной реакции на внешние сигналы. Комбинация этих факторов и рождает опухоли, которые могут быть добро- или злокачественными. Первые нередко берут затяжную паузу, а вторые, как правило, нацелены на постоянный рост, оккупацию соседних тканей

и миграцию в другие органы и системы, чтобы породить вторичные очаги заболевания — метастазы.

Вы наверняка знаете, что существуют стадии развития рака. И именно определение стадии — первоочередная задача диагноста. Универсальная система разделения болезни на этапы, у каждого из которых своя специфика, позволяет значительно упростить многие задачи, начиная с планирования лечения и заканчивая прогнозом для пациента. Ведь стадия позволяет с высокой долей уверенности определить, насколько вероятна ремиссия и высок риск рецидива. Каждый этап болезни предполагает свой более-менее универсальный подход. Это среди прочего упрощает преемственность между онкологами в случае, если больной продолжает лечение в другом учреждении.

Основная классификация стадий, созданная еще в середине прошлого века и принятая во всем мире, — это TNM. Она предполагает три стадии развития злокачественного образования:

☑ *T (tumor)* характеризует начальную опухоль;

☑ *N (nodus)* описывает ее распространение на регионарные лимфоузлы;

☑ *M (metastasis)* констатирует наличие метастазов.

Но где же первая, вторая, третья и четвертая стадия, о которых вы много раз слышали? Они — в упрощенной классификации, опирающейся на TNM и насчитывающей пять стадий:

☑ *Нулевая стадия.* Раковые клетки располагаются в месте своего изначального образования и не распространяются на другие ткани. На этом этапе удалить опухоль не составляет труда, а ремиссия практически гарантирована.

☑ *Первая стадия.* Небольшая опухоль присутствует лишь в одном органе. На данном этапе шансы на ремиссию тоже довольно высоки.

☑ *Вторая стадия.* Опухоль увеличивается и углубляется в орган. При этом она не мигрирует на соседние ткани, однако порой может атаковать лимфоузлы. Прогнозы все еще довольно оптимистичны.

☑ *Третья стадия.* Рак распространился за пределы органа, в котором он образовался изначально, и затрагивает регионарные лимфоузлы. Шансы на ремиссию минимальны, а лечение направлено на замедление прогресса болезни, ослабление симптомов и продление жизни пациента.

☑ *Четвертая стадия.* Онкозаболевание мигрировало далеко за пределы одного органа и породило отдаленные метастазы. Шансы на выживание практически равны нулю, и пациенту остается лишь надеяться на чудо. Которое иногда все же случается.

Что касается выздоровления, то этим понятием онкологи не пользуются. Ведь излечить рак в традиционном понимании невозможно, потому что никто не в силах раз и навсегда остановить процесс образования и размножения неправильных клеток в организме. Поэтому врачи констатируют лишь ремиссию — отсутствие следов рака в теле на момент обследования. К сожалению, она никогда не служит гарантией того, что рецидив не наступит. Поэтому после достижения ремиссии главным союзником человека в борьбе с болезнью становится регулярная диагностика. Которая, впрочем, не заменяет искренней веры в исцеление и готовности бороться за здоровье на протяжении всей жизни. Позже вы поймете, почему именно этот аспект настолько важен.

## Лечит и калечит

В арсенале современных онкологов внушительное количество различных методик. Выбор зависит от того, какой орган поражен, с каким видом рака предстоит бороться, какой ста-

дии достигла болезнь, сколько лет пациенту, насколько крепок его организм, и десятков других факторов. Поскольку многие пациенты с онкозаболеваниями оказываются в безвыходном положении, эта отрасль особо богата экспериментальными методиками. Обреченные на смерть готовы идти на любой риск, чтобы выздороветь или хотя бы выиграть несколько дополнительных лет либо даже месяцев. Неудивительно, что все популярные методики сопряжены с крайне неприятными ощущениями и, что немаловажно, с опасными последствиями, которые выглядят допустимыми исключительно в сравнении с летальным исходом.

## Хирургическое вмешательство

Это самый популярный ответ на появление в теле человека злокачественных опухолей. В зависимости от размера и расположения новообразования, хирург решает, будет ли операция полостной (с большим разрезом) или лапароскопической (малоинвазивной). Еще один выбор — между радикальной и паллиативной методиками. Первая предполагает удаление всех образований, а вторая — лишь наиболее опасных, чтобы избежать осложнений. Оперативное вмешательство применяется примерно в 85 % случаев, когда речь идет об онкологических заболеваниях легких, желудка, пищевода, печени и молочных желез. Данная цифра обусловлена тем, что эти формы рака, как правило, обнаруживают на более поздних стадиях.

Хирургическое вмешательство считается эффективным до того, как рак метастазировал. В противном случае врач зачастую просто не может обнаружить и удалить все очаги болезни. А значит, недуг продолжит прогрессировать. Что до рисков, то они примерно те же, что и при других операциях, начиная с анафилактического шока от анестезии и заканчивая врачеб-

ными ошибками. А об образе жизни после удаления одного или нескольких органов можно даже не распространяться: здесь и так все понятно.

## Химиотерапия

Для современных врачей она стала практически таким же неотъемлемым компонентом лечения, как и хирургическое вмешательство. Эта методика включает использование таблеток, капсул, а также растворов для инъекций. Применяется для борьбы с карциномой, саркомой, лимфомой и лейкемией. И как самостоятельный курс, и как часть комплексного лечения. Химиотерапия призвана:

- ☑ минимизировать размер опухоли накануне другого вида терапии;
- ☑ повысить эффективность прочих методик;
- ☑ удалить остаточные онкологические элементы по окончании лечебного курса;
- ☑ устранить болевой синдром;
- ☑ препятствовать рецидивам.

За возможную ремиссию пациенту приходится расплачиваться аллергическими реакциями, отеками, повышением температуры, скачками артериального давления, головокружением, стеснением в груди, тахикардией, ломотой в теле, слабостью, диареей, тошнотой и рвотой. Поражение слизистой в ротовой полости превращает употребление пищи и воды в болезненное испытание, а порой просто не позволяет этого делать. Волосы, вплоть до ресниц и бровей, выпадают, что бывает особенно мучительно для представительниц прекрасного пола. Но самое худшее — это отложенные долгосрочные последствия в виде сбоев работы некоторых органов (печени, почек, желудка) или даже систем (центральной нервной, сердечно-сосудистой).

## Гормональная терапия

Эта методика призвана создать правильный гормональный фон для регулирования аспектов жизнедеятельности онкоклеток. В рамках терапии используются препараты, подавляющие доминирующий гормон либо препятствующие его связям с рецепторами патологических клеток. Такое лечение получают пациенты с раком простаты и молочной железы, поскольку онкоклетки обладают рецепторами и к мужским, и к женским половым гормонам. Данная терапия может быть частью комплексной программы. Основной инструментарий таков:

- ☑ антиандрогены, снижающие уровень андрогенов в крови;
- ☑ блокаторы ЛГРГ (гонадорелина), блокирующие производство гипофизом лютеинизирующего гормона;
- ☑ эстрогены, снижающие уровень тестостерона, когда не справляются андрогены;
- ☑ кортикостероиды, угнетающие активность клеток лимфоидного ряда;
- ☑ прогестины, блокирующие раковые клетки при онкозаболеваниях эндометрия (внутренней слизистой оболочки тела матки);
- ☑ ингибиторы ароматазы, снижающие уровень эстрогена у женщин после наступления менопаузы.

Прием искусственных гормонов существенно замедляет их естественное производство, а возврат к норме требует очень много времени. Кроме того, такие процедуры чреватy длинным перечнем побочных эффектов, в числе которых гипертония, тахикардия, инфаркт, инсульт, нервные расстройства, сбой работы ЖКТ, аллергия, головные боли, анемия, нарушения менструального цикла, эндометриоз и бесплодие.

## Лучевая терапия

Еще один универсальный метод лечения, который применяется накануне хирургического вмешательства, после него и даже во время операции. Суть радиотерапии в том, что чем активней делится клетка, тем чувствительней она к ионизирующему излучению. А неконтролируемое деление — ключевая особенность раковых клеток. Такую терапию используют в борьбе с онкозаболеваниями молочной и предстательной желез, а также при наличии метастазов в головном мозге, печени и легких. Существует несколько методик:

- ☑ дистанционная, когда радиотерапия проводится с расстояния;

- ☑ внутриволостная, когда источник облучения помещают в одну из полостей человеческого тела;

- ☑ внутритканевая, когда его вводят в место дислокации опухоли с помощью зонда, проволоки либо жидкости.

Современное высокоточное оборудование позволяет воздействовать на опухоль, практически не затрагивая здоровые ткани. Но практически — понятие относительное, особенно когда речь идет об онкологии. Не говоря уже о многочисленных побочных эффектах. Это и слабость, и головокружение, и головные боли, и раздражительность на протяжении месяца. К более долгосрочным последствиям относятся дерматит, язва, выпадение волос, дискомфорт в животе, проблемы со стулом, остеопороз, пневмония, эзофагит (воспаление слизистой пищевода) и перикардит (воспаление внешней оболочки сердца).

## Таргетная терапия

Сравнительно новая методика, призванная воздействовать лишь на определенные онкоклетки, гены, ферменты и рецепторы гормонов. Таргетные препараты лишают первичный

раковый узел связи с его системой питания. Такую терапию применяют для борьбы с меланомой, а также раком легких и молочной железы. В ее силах:

- ☑ сделать опухоль более чувствительной к радио- и химиотерапии;
- ☑ спровоцировать естественное отмирание раковых клеток;
- ☑ заблокировать сигналы роста злокачественного образования;
- ☑ восстановить гормональный баланс;
- ☑ укрепить иммунные связи.

По сравнению с химиотерапией таргетная считается более щадящей для организма. И все же она провоцирует целый ряд побочных эффектов: диарея, акнеподобная сыпь, нарушение свертываемости крови и проблемы с заживлением ран, артериальная гипертензия, повышенная чувствительность к солнечному свету и лихорадка.

## Иммунотерапия

Еще один свежий метод, суть которого — помочь организму исцелиться самостоятельно. Специальные препараты, с одной стороны, разрушают патологические клетки, а с другой — укрепляют иммунитет. Таким образом, человеческое тело получает возможность создать цитотоксическую защиту от злокачественного образования и более успешно сопротивляться болезни. Терапия уже зарекомендовала себя при лечении рака мочевого пузыря, почек, легких, а также меланомы и лимфомы Ходжкина. Более того, порой она оказывается эффективной даже в случаях, когда другие методики оказались бессильными. И все же без недостатков тоже не обошлось. Ввиду несовершенства препаратов возможны такие побочные эффекты, как резкий набор веса, повышенная утомляемость,

лихорадка и аллергия. Кроме того, укрепление иммунитета требует времени, а потому не подходит пациентам, нуждающимся в быстром эффекте.

Таковы основные методики из арсенала современных онкологов. Не будем углубляться в открытия генной инженерии и тонкости других экспериментальных видов терапии. Все они разные, но служат одной цели. Однако прежде всего их объединяет другое: за такое лечение приходится расплачиваться не только деньгами, но и собственным здоровьем. Впрочем, кто задумывается об этом перед лицом смертельной опасности? Хотя следовало бы.

## Путь в никуда

На счету по-настоящему талантливых врачей-онкологов множество спасенных или хотя бы продленных жизней, за что честь им и хвала. Можно было бы сказать, что работу всех причастных к этой отрасли, начиная со светил медицины и заканчивая рядовыми сотрудниками онкодиспансеров, невозможно оценить. Но это как раз-таки возможно. Причем оценить в самой драгоценной из всех возможных валют — времени. Они буквально дарят его своим пациентам, уже успевшим попрощаться с жизнью.

Но при этом нельзя довольствоваться полуправдой. Официальная медицина спасовала в миллионах случаев. Несвоевременное обращение пациента. Сложности с диагностированием. Недостаточная квалификация или халатность врача. Отсутствие необходимых медикаментов и оборудования. На каждую из этих причин приходится по несколько миллионов поломанных судеб и слишком рано прервавшихся жизней.

Некоторые онкологические заболевания современная медицинская наука до сих пор считает неизлечимыми или же плохо поддающимися лечению. Все чаще задачей врача ста-

новится огласить пациенту не диагноз, а приговор. Среди ваших знакомых наверняка были те, кому онкологи старались помочь, но по факту так этого и не сделали. Возможности нынешней медицины выглядят потрясающе на фоне уровня столетней и тем более тысячелетней давности, но они все еще далеки от реальных потребностей человечества.

К тому же медик — не высшее существо. Он обычный человек со всеми вытекающими последствиями. Ваш врач мог учиться в медицинском вузе на тяп-ляп, сдавая экзамены за взятки, а потом устроиться на работу благодаря семейным связям. Или же он может быть прекрасным специалистом, у которого все же есть пробелы в знаниях, как раз-таки касающиеся вашей проблемы. В решающий для вас час он может быть уставшим, невыспавшимся или просто невнимательным и упустить важную деталь. В конце концов, он может стать жертвой профессионального выгорания и делать свою работу спустя рукава. А ведь речь идет не о сантехнике или слесаре, а о специалисте, от которого в буквальном смысле зависит ваша жизнь. Одна маленькая ошибка с его стороны может обернуться для вас и ваших близких огромной трагедией.

А ведь я до сих пор не коснулся еще одной проблемы современной онкологии — запредельной дороговизны лечения. За свою жизнь вы встречали десятки объявлений в СМИ и соцсетях о людях, которым требуется лечение за границей ценой в десятки, а то и сотни тысяч долларов. Наверняка такую неподъемную сумму пытался собрать кто-то из ваших знакомых. Немногочисленным счастливицам удастся наскрести с миру по нитке эти колоссальные средства и купить возможность жить дальше. Некоторые, к сожалению, даже не доживают до конца таких марафонов.

Какими бы эффективными иногда ни оказывались описанные ранее методики, спасение зачастую просто не по карману рядовому гражданину. Не буду углубляться в то, насколько эта

ситуация обусловлена объективными причинами, а насколько — жадностью представителей фарминдустрии, профильных клиник и прочих причастных. Констатирую лишь одно: сегодня больной раком либо платит, либо прощается с жизнью. Не кажется ли вам, что эта тенденция неправильная?

Но надеяться на глобальные перемены пока что не приходится. Официальная медицина представляет истину в последней инстанции. Наука становится настолько же догматичной, как и ранее религия, монополизировавшая право на правду. Теории, хотя бы немного отличные от «генеральной линии партии», не имеют шансов на поддержку научного сообщества и тем более финансирование для дальнейшего развития. Адептов альтернативных версий показательно никто не воспринимает всерьез. И если некоторые скептики хотя бы искренни в своих убеждениях, то другие пекутся скорее о том, чтобы устранить конкурентов и получить гранты на собственные исследования.

Какими бы различными ни казались современные методики лечения рака, все они подчинены одной парадигме. Сегодня медики борются с последствиями болезни, но так и не подобрались к разгадке ее причины. Нет, речь не о неконтролируемом делении патологических клеток, а о глубинной сути деструктивных процессов. Ведь любую проблему проще предупредить, чем устранить. Разве не к этому должен стремиться каждый, кто мечтает избавить человечество от страшнейшего из недугов?

«Самая большая глупость — это делать то же самое и надеяться на другой результат», — повторю я вслед за Эйнштейном. Чтобы переломить ход этой борьбы за здоровье и жизни миллионов, нужно выйти за рамки традиционного представления о проблеме. Иначе мы так и продолжим двигаться по пути в никуда. И если научное сообщество к этому пока не готово, то снять с себя шоры уже сегодня может каждый из нас. Имен-

но вы и именно сейчас можете открыть для себя истину, которая ведет к исцелению нашей цивилизации от рака и множества других болезней.

Но, чтобы понять, каков на самом деле механизм возникновения и развития различных недугов, вы должны узнать, как работает и на что способен ваш организм на самом деле. Ведь ваше незнание методов борьбы с противником начинается с полной неосведомленности о самом себе. Еще хуже то, что в войне за здоровье и благополучие у вас есть могущественные союзники, но вы наверняка даже не слышали о них. Пора это исправить. Вы готовы? Тогда вперед, к правде!



Истинные возможности  
вашего организма:  
исцеление без вреда  
для здоровья

**И**стория знает множество великих врачевателей. Вы и сами легко вспомните имена самых известных. Это и уже упомянутый отец медицины Гиппократ, которому до сих пор дают клятвы его последователи. И Авиценна, состоявший придворным врачом при многих правителях исламского мира. И Парацельс, внедривший химические препараты в процедуру лечения и заложивший основы современной медицины. И Пирогов, составивший первый атлас топографической анатомии. И Амосов, изменивший взгляд на кардиологию и торакальную хирургию. И Барнард, впервые пересадивший человеческое сердце. Перечислять можно практически бесконечно, но нас интересует другое. Кто величайший целитель в истории человечества? Каков будет ваш ответ? Подумайте хорошенько.

Чье бы имя вы ни назвали, будете правы и не правы одновременно. Потому что каждый из нас — лучший целитель для самого себя. Что, если я скажу вам, что истинное исцеление не имеет ничего общего с теми суррогатами, которые вам навязывали на протяжении всей жизни? Что на самом деле вам не нужно было на регулярной основе делать вырубку аптекам. Что можно было обойтись без выслушивания хамства в больничной регистратуре, ругани в очереди под кабинетом врача и сомнительных процедур. Что ваш целительский потенциал не меньше, а то и больше, чем у вашего семейного врача или даже светила медицинской науки.

Вас попросту поместили в парадигму, где вы приносите системе прибыль и получаете взамен ровно такой объем помощи, чтобы могли и дальше продолжать играть свою роль. Пока однажды это не перестанет быть целесообразным.

## Почему в вашем здоровье никто не заинтересован?

Если вам кажется, что некомпетентный или равнодушный врач, к которому вас угораздило попасть на прием, — это проблема, то вы ошибаетесь. Он даже не верхушка айсберга, а так, горстка снега, которой припорошена эта ледяная глыба. Некомпетентность и равнодушие — это недостатки одного конкретного человека. Куда опасней целенаправленная незаинтересованность системы в принципе. Ни вы, ни ваши близкие, ни ваши соседи, ни просто знакомые — никто, за исключением узкого круга людей, не нужен ей здоровым. Это противоречит логике ее существования.

Достаточно лишь взглянуть на показатели фармацевтической индустрии. Если в 1999-м эксперты оценивали этот рынок в 202,5 млрд \$, а в 2000-м — в 221,3, то уже в 2018-м этот показатель составил 1,17 трлн \$. И, уж будьте уверены, эта тенденция с нами надолго, если не навсегда. Еще до пандемии COVID-19 эксперты прогнозировали ежегодный рост объема этого рынка на 5%. Разгулявшийся коронавирус, надо полагать, лишь увеличил и продолжит увеличивать эти цифры. А ведь фарминдустрия — пусть и самая яркая, но далеко не единственная часть системы. Добавьте частные и государственные медучреждения, профильные министерства и департаменты (а еще лучше всю управленческую машину в целом), производителей медицинского оборудования, общественные организации и множество других заинтересованных лиц.

Эти триллионные обороты возникают в том числе за ваш счет и за счет миллиардов других людей-винтиков. Покупка лекарств от головной боли, простуды или ушибов — это стандартная небольшая дань, которую вы платите системе. Серьезная травма или операция — это уже более приличная прибыль для нее. А человек с астмой, диабетом, бессонницей, депрес-

сией или акне — источник постоянного дохода. Не говоря уже столкнувшихся с туберкулезом, гепатитом или ВИЧ. А уж рак, как бы цинично это ни звучало, представляет для системы самый настоящий джекпот. Она «выигрывает» человека, готового снять с себя последнюю рубаху, лишь бы сохранить самое дорогое, что у него есть, — жизнь.

Стоит ли удивляться тому, что вас пичкают лекарствами, устраняющими последствия, но не причину болезни? В худшем случае они просто маскируют симптомы, чтобы внушить вам ложное чувство безопасности. Вы платите не за выздоровление, а за иллюзию выздоровления. И если в случае с простудой или головной болью это неприятно, но терпимо, то для больного раком такой подход означает лишь одно — летальный исход. Выходит, система умеет зарабатывать не только на жизни, но и на смерти, ловко меняя курс в «нужный» момент.

Задумайтесь, насколько высоки ваши шансы узнать об альтернативе при таком раскладе. Для системы дать вам возможность самоисцеляться — все равно что зарезать курицу, несущую золотые яйца. Вернее, не зарезать, а отпустить на все четыре стороны. Именно поэтому холистическая терапия сознания и другие подобные методики сегодня всячески пытаются выставить чем-то маргинальным. Потому что вы покинете систему и больше не вернетесь. Более того, вы можете передать эти знания другим и запустить цепную реакцию. Система рискует остаться без источников финансирования. Вы же рискуете разве что стать свободным и здоровым. Готовы пойти на такой риск?

## Холистические методики исцеления

- «Часто лучшее лекарство — обойтись без него».
- «Лечит болезнь врач, но излечивает природа».
- «Тому, кто не хочет изменить свою жизнь, помочь невозможно».

Все эти цитаты принадлежат великому Гиппократу. Еще 24 столетия назад отец медицины понимал, что исцеление — естественный процесс и задача врача — не вмешиваться в него, а лишь направлять в нужное русло. Но не менее, а то и более важен посыл, что недуг — явление не столько физиологическое, сколько ментальное. Известная фраза о том, что мысли материальны, на поверку оказалась не пустыми словами, а чистой правдой. С той лишь оговоркой, что речь не о взаимодействии со Вселенной и прочих идеях позитивного мышления, а о контроле всех процессов, происходящих в человеческом организме.

Ваш разум — ключ к восстановлению баланса в организме и избавлению от недугов. Наведете порядок в голове — и сможете навсегда попрощаться со всеми остальными проблемами со здоровьем, начиная с банальной аллергии и заканчивая страшными онкологическими недугами. К вашим услугам неинвазивные, но оттого не менее эффективные методы. Забудьте о походах к врачу! Единственное путешествие, которое вам следует совершить, — это путешествие вглубь себя, вглубь своего подсознания. Именно там кроются ответы даже на те вопросы, которые у вас пока не возникли.

А вот что у вас уже наверняка возникало, так это сомнения в эффективности препаратов, которыми вы привыкли спасаться от различных болезней. Вы рассчитываете на определенное действие, но все чаще лекарства оказываются слабее, чем вы ожидали. Ваш организм привыкает к ним, а потому с каждым разом требуется немного большая доза. Классический пример — антибиотики, которыми врачи настолько злоупотребляют, что вредоносные организмы уже успели выработать иммунитет ко многим из них. Так называемые сильнорействующие препараты нередко оказываются слабыми в борьбе со своими прямыми противниками. Что, впрочем, не мешает им провоцировать целый спектр побочных эффектов в вашем организме. Вряд ли это останавливает вас и вашего

врача в критической ситуации, и вы принимаете все большие дозы все более сильных лекарств.

Еще одна спорная идея — изолировать пораженный орган или часть тела, чтобы взаимодействовать с ней тет-а-тет. Тогда как истинное исцеление — это всегда комплексное воздействие на организм. В этом процессе нет органов-изгоев. Напротив, действительно эффективная терапия подразумевает единение ради благополучия. Этот подход — лучший из всех существующих видов профилактики, поскольку организм всегда на пике своих возможностей и в оптимальном состоянии.

Пока официальная медицина пыталась выяснить степень влияния ментальных проблем на физиологические процессы, практики холистической терапии изначально не разделяли эти аспекты жизнедеятельности. Мы привыкли слышать, что в здоровом теле здоровый дух. Но столь же справедливо и утверждение, что только здоровый дух обеспечивает здоровье тела. С мысли начинается болезнь, но с нее же начинается и исцеление. Лишь поняв, насколько прочна эта взаимосвязь, можно приступать к борьбе за свое здоровье.

Человеческое тело — это не константа, сохраняющая свои свойства вне зависимости от времени и других факторов. Напротив, ваш организм постоянно реагирует на изменения в окружающей среде, и это умение адаптироваться — один из ключевых залогов выживания. Все системы в нем тесно взаимосвязаны. Вас приучили задумываться лишь о том, что проблема одной части затрагивает все остальные. Но при этом вы забываете об обратной стороне медали: пострадавшая часть получает поддержку от других, здоровых. И неважно, идет ли речь о невидимых глазу клетках или о таких важных органах, как легкие, мозг или печень.

А теперь вспомните, как вы чувствовали себя после сильного стресса. Возможно, в вашей жизни даже случалась череда таких крупных неприятностей. Вы ощущали себя совершенно

обессиленным, не так ли? Но ведь вы не посещали спортивных тренировок, не таскали тяжести, не занимались изнурительной бегом. Просто нервничали и чувствовали, как на вас давит груз ответственности, тревоги, беспомощности, злости, обиды и множества других негативных эмоций. Выходит, вы устали именно из-за них. Возможно, даже сильнее, чем могли бы из-за обычных физических нагрузок.

Это ли не доказывает, что ваши разум, дух и тело — единое целое? Ваш мозг определил угрозу и мобилизовал все силы на борьбу с ней. Со временем этот процесс израсходовал все ваши энергетические резервы. И как только вы почувствовали себя в относительной безопасности и появилась возможность расслабиться, организм сразу же ей воспользовался. Тот самый организм, который не занимался физической работой, а просто «бездельничал» во время стресса.

Кроме того, вы должны понимать, что перегруженный жизненными неурядицами мозг концентрируется на борьбе с ними, оставляя другие процессы жизнедеятельности, так сказать, в фоновом режиме. И если обычно он своевременно уделяет внимание возникающим в организме неполадкам, то, будучи сосредоточенным на борьбе со стрессом, может упустить зарождающиеся проблемы со здоровьем. А значит, то, что можно было решить на начальной стадии, успеет развиться до вполне опасных форм. В том числе это касается онкологических заболеваний, которые довольно быстро «взростают» и начинают грозить необратимыми последствиями.

Ваши сознание и подсознание... Стоп! Чтобы погрузиться в тему действительно глубоко, вы должны пройти ликбез по структуре своего разума. Узнать, как работают сознание и подсознание, на что способна сила воли, почему кратковременная и постоянная память сосредоточены в разных хранилищах, зачем вам нужен критический фактор, а также другие жизненно необходимые сведения. Приступим!

## Структура вашего разума

Парадоксально, что о сознании и подсознании слышали все без исключения, но попроси обывателя дать им определение — и он не сможет. Хуже того, многие не видят разницы между этими понятиями и даже путают их. А ведь различие между ними колоссальное! Не хочется снова прибегать к заезженной метафоре про верхушку айсберга, но она как нельзя лучше описывает разницу между сознанием и подсознанием.

Ваше сознание способно одновременно контролировать всего несколько действий. Например, вы можете выполнять несложную работу и рассказывать что-то собеседнику. Или вести авто, подпевая любимой песне. А будь вы Юлием Цезарем, то могли бы одновременно писать, говорить и слушать.

Что касается чувств, то возможности сознания выглядят более солидно, ведь вы можете одновременно воспринимать информацию из 7–8 источников. Например, видеть цвет неба, слышать пение птиц, почувствовать аромат цветов, а также ощущать прикосновение твердого предмета, холод воздуха вокруг и потерю равновесия. Сознание легко перенасыщается информацией, и вы оказываетесь не в состоянии ее полноценно воспринимать и анализировать. Его потенциал — ничто в сравнении с мощностью подсознания. Ведь оно способно выполнять 6 млрд операций в секунду!

### Структура сознания

Хотя его потенциал существенно ниже, чем у подсознания, нельзя недооценивать его роль. На сознание возложено по меньшей мере четыре крайне важные функции.

### ***Аналитическое мышление***

Вы рассматриваете ситуацию во всех ее аспектах и, приняв во внимание основные варианты развития событий, находите оптимальный выход. Этим вы обязаны именно аналитическому мышлению. Речь как о простых решениях вроде переключения ТВ-канала на время рекламы и рукопожатия при встрече со знакомым, так и о более сложных вроде выбора траектории автомобиля в критической ситуации на дороге. Даже те действия, которые вы якобы совершаете автоматически, на самом деле результат аналитического мышления. Ведь они всегда следуют после тщательного изучения вариантов и выбора оптимального, даже если речь об элементарных «да» и «нет».

### ***Рациональное мышление***

Оно полностью подчинено логике и происходит исключительно по ее правилам. Именно это мышление объясняет нам мотивацию тех или иных действий. Есть причина, и есть следствие. Не прослеживая эту связь, мы чувствуем себя обескураженными и не можем контролировать ситуацию. Оказываясь в таком состоянии слишком часто и подолгу, можно обзавестись психическим расстройством и в конце концов полностью утратить связь с реальностью. Но даже адекватный человек не может полагаться исключительно на рациональное мышление, потому что оно нередко подсовывает ложную информацию. Если точнее, то под видом первопричины действий эта часть сознания может выдать лишь поверхностную причину.

Курильщик считает, что сигареты его расслабляют, но не понимает, что на самом деле в подростковом возрасте курение позволяло ему чувствовать себя «своим» в компании. Другой человек боится собак из-за того, что в детстве его покусал бродячий пес, но старая эмоциональная травма таит в себе еще

и обиду на родителей, которые были рядом, но не смогли защитить. Таких примеров тысячи, но суть одна и та же: рациональное мышление не спешит углубляться в истинную мотивацию.

### ***Сила воли***

Желающие побороть вредные привычки считают именно ее своим главным инструментом. Сила воли — это умение полностью контролировать свое поведение и принимать правильные решения наперекор неосмысленной реакции на внешние факторы. Как правило, речь идет о выборе более сложного пути вместо легкого. Человек должен мобилизовать свой физический и психологический потенциал, чтобы сознательно преодолеть трудности, которых можно избежать, отказавшись от поставленной цели.

Но возможности этой части сознания далеко не так безграничны, как их представляет себе обыватель. «Железная сила воли», благодаря которой отказываются от курения, алкоголя, сладкого и тем более наркотиков — миф. Ведь на самом деле сила воли призвана решать простые бытовые задачи на постоянной основе: вовремя встать, пойти на работу, совершить звонок, приготовить ужин. Сила воли — это маленькие ежедневные победы. Героические свершения вне ее компетенции.

### ***Кратковременная память***

Она же активная, или первичная. В нее поступают сведения из сенсорной памяти по завершении процессов восприятия, а также из долговременной благодаря механизмам управляемого и спонтанного вспоминания. Кратковременная память содержит небольшой массив информации в формате, наиболее удобном для сознания. Имена членов вашей семьи, друзей и коллег. Номер вашего авто и место, где вы его при-

парковали. Лицо человека, за которым заняли очередь. Строки стихотворения, которое пытаетесь выучить наизусть. Маршрут до точки назначения, который вам рассказал прохожий. Список покупок, который составили перед походом в супермаркет, и сумма, которую взяли с собой наличными. Все эти сведения вам услужливо предоставляет кратковременная память.

Сознание прямолинейно и логично, а потому полностью заслуживает доверия. На этот обманчивый образ покупается 99% людей на нашей планете, за что рано или поздно расплачиваются. Но самая большая ложь сознания — это его главенствующая роль в вашей жизни. На самом деле все иначе.

## Структура подсознания

Оно спрятано глубже сознания, но именно подсознание определяет вашу судьбу. Будете вы богатым или бедным, худым или толстым, счастливым или несчастным, здоровым или больным, зависит прежде всего от него. Чтобы вам было понятней, давайте сравним подсознание с компьютером. Новорожденный приходит в этот мир с чистой операционной системой, без единой установленной программы. Софт мы накапливаем в течение всей жизни, сталкиваясь с различными ситуациями и обретая опыт. Засоряя подсознание бесполезными или опасными программами, вы обрекаете себя на проблемы. Поэтому так важно соблюдать ментальную гигиену.

У подсознания пять ключевых составляющих.

### ***Постоянная память***

Ее содержимое недоступно сознанию напрямую и может быть извлечено по запросу или же случайно. Этот раздел памяти вмещает внушительное количество информации и хранит ее на протяжении всей жизни. В базе данных все сведения

разделены на три части: легковоспроизводимые, пассивные (используемые нечасто) и латентные (требующие подсказок для извлечения). Подсознание хранит всю информацию, которую вы когда-либо получали: звуки, изображения, слова, запахи, вкусы, тактильные ощущения, эмоции.

Поэтому по-настоящему вы ничего не забываете, весь этот опыт всегда с вами, хотя и спрятан довольно глубоко. Имейте в виду, что в подсознании не действуют законы логики и времени. Все происходившее с вами ранее, происходит и сейчас, прямо в этот момент. Поэтому подсознание может быть как неисчерпаемым источником силы, так и главным поставщиком негатива в вашей жизни.

### ***Привычки***

Это действия, которые вы воспроизводите автоматически. У каждого из них есть свои триггеры, а по завершении «ритуала» вы испытываете эмоциональное удовлетворение. Со временем они приобретают характер потребности. Вы повторяете одно и то же действие раз за разом, пока не перестаете полностью ощущать трудности познавательного характера. Стоит привычке выработаться (а это в среднем занимает 66 дней) — и вы продолжите следовать этой программе даже после устранения факторов, спровоцировавших ее развитие. Вы делите привычки на хорошие и плохие. На самом же деле они нейтральны и в большинстве своем носят утилитарный характер. Вы ведь постоянно поглядываете на часы, дожидаясь определенного момента, и регулярно проверяете наличие телефона в кармане, не так ли?

### ***Эмоции***

Они служат отражением вашего субъективного отношения к окружающему миру в целом и к отдельным ситуациям

в частности. Как к реальным, так и к гипотетическим. Именно эмоциями, а не логикой продиктованы многие наши действия. Вы можете осознавать некорректность своих поступков и даже предсказывать их пагубные последствия, но все равно не остановитесь. Потому что мыслить рационально вам помогает сознание, но в отношении эмоций оно бессильно.

Нередко сознание попросту уступает место более мощной силе — подсознанию. Оно способно выручить даже, казалось бы, в безвыходной ситуации, но порой по его вине вы попадаете в неприятности. Поэтому ваша цель — научиться взаимодействовать со своим подсознанием, а через него брать под контроль эмоции, когда это необходимо.

### ***Критический фактор***

В основе вашей личности лежит платформа, сформированная прежде всего в детские годы, а затем постепенно дополнявшаяся по мере взросления. Это базовая информация о вас, которой в совершенстве владеет подсознание. Сквозь призму этих сведений оно и контролирует вашу жизнь. Сколько бы вы ни убеждали себя, что бросили пить или курить, это не сработает, если подсознание расценивает курение или алкоголизм как неотъемлемую часть вашей личности. Хотите дополнить или изменить базовую информацию — придется иметь дело с критическим фактором.

Это, если угодно, аналог фейсконтроля для любых данных, которые пытаются достучаться до подсознания. А оно, уж будьте уверены, не склонно к переменам, поэтому к любым вашим мыслям и идеям охрана в лице критического фактора отнесется крайне придирчиво. Подсознание не будет усиленно работать ради перемен, которые противоречат привычному образу жизни. И неважно, что они носят исключительно положительный характер. Никакие аффирмации и убеждения

психолога не помогут вам измениться, потому что для подсознания это будет ложью. Единственный способ добиться желаемого — обойти критический фактор с помощью гипноза или других эффективных методик.

### ***Механизм самозащиты***

Подсознание призвано уберечь вас от любых потенциальных угроз, но его возможности ограничены. Оно неспособно оплатить вам занятия по самообороне или оформить разрешение на ношение оружия. Зато в его власти навязать вам определенную модель поведения, которая снизит риск оказаться в опасности. Правда, нередко эта забота оборачивается проблемами на другом фронте.

Подростку, которого не принимают в компанию, подсознание может навязать курение или употребление спиртного как способ стать более взрослым, а значит и «своим» для потенциальных друзей. Девочка, пострадавшая от домогательств отчима, может подсознательно набрать лишний вес и перестать ухаживать за собой, чтобы избежать внимания со стороны противоположного пола. А человек, чья семья разорилась из-за неудачных вложений, нередко выбирает низкооплачиваемую работу, которая не сопряжена с финансовыми рисками. Собственные решения подсознание никогда не оценивает критически, а потому даже провальные стратегии все равно остаются в его списке как положительные. Этот механизм в процессе работы с пациентами тоже приходится обходить.

Итак, ликбез по структуре и функциям сознания и подсознания окончен. Разумеется, это лишь базовое знакомство. На данные темы написаны тысячи научных работ. И будет написано еще больше, чтобы раскрыть все новые и новые нюансы работы с ними. Но вам этой информации хватит. Теперь

вы, в принципе, понимаете, как устроен ваш разум, а значит, поймете и то, как использовать его потенциал себе во благо. Продолжим с того места, на котором прервались.

## Основаы психосоматики

Вы тысячу раз слышали, что все болезни от нервов. Это очень упрощенное представление о принципе возникновения недугов, и все же в целом оно верное. Именно поэтому даже закоренелые скептики признают, что негативные переживания если не провоцируют возникновение болезней, то по крайней мере влияют на их развитие. Впрочем, что толку говорить о скептиках, если в официальной медицине уже давно существует особое направление — психосоматика? Она призвана выяснить механизмы и степень влияния психологических факторов на появление, ход и последствия соматических (телесных) заболеваний.

Ученые, работающие в этой области, уверены, что любой недуг — это следствие психологических несоответствий, накопившихся в подсознании негативных программ и сильных стрессов. Более того, исследователи даже установили связь между чертами характера, стилем поведения, типами эмоциональных конфликтов, конституциональными особенностями и прочими характеристиками личности с теми или иными соматическими заболеваниями. Разумеется, некоторые решили пойти от обратного и выявили влияние телесных недугов на психику индивида.

Люди, далекие от психологии и психиатрии, часто путают психосоматику с ипохондрией или как минимум ошибаются в причинно-следственных связях. На самом же деле это два разных явления. Ипохондрия — это постоянное беспокойство из-за риска заболеть теми или иными недугами, в том числе психосоматического характера. Будучи здоровыми, ипохон-

дрики выискивают у себя болезни, а заболев, не ограничиваются диагнозом врача и пытаются найти дополнительные. Такие пациенты постоянно сомневаются не только в заключениях специалистов, но и в своих собственных версиях. Убеждены они лишь в одном: в любом случае все не так, как кажется. А вот страдающие от психосоматических недугов действительно испытывают боль, головокружение, тошноту, слабость или другие неприятные симптомы, но без очевидной физиологической причины.

### Древнее, чем вы думали

О том, что мы сегодня называем психосоматическими расстройствами, писали и Гиппократ, и Аристотель, и Платон. Последний так рассуждал в своем диалоге «Хармид, или О благородности»: «Все — и хорошее и плохое — порождается в теле и во всем человеке душою, и именно из нее все проистекает, точно так же, как в глазах все проистекает от головы. Потому-то и надо прежде всего и преимущественно лечить душу, если хочешь, чтобы и голова, и все остальное тело хорошо себя чувствовали».

В Средние Века развивать эту концепцию продолжили мусульманские врачеватели, которые в тот период были в авангарде мировой медицины. Например, появилась теория Абу Зайд аль-Балхи о взаимодействии биологических и психологических факторов в развитии недугов. Знакомый же нам термин «психосоматический» ввел немец Иоганн Христиан Хайнрот в 1822-м. Зигмунд Фрейд и Йозеф Брейер выдвинули гипотезу о преобразовании подавленных эмоций и скрытых психических травм в соматические симптомы. К концу 50-х годов XX века психосоматика вызвала неподдельный интерес у тысяч ученых по всему миру, прежде всего в США.

## Разнообразиие, которому вы не рады

К психосоматическим относится целый список заболеваний, у которых тем не менее есть общие черты:

☑ *Непонятная причина.* Врачи прошлого оказывались в тупике, когда попросту не могли выяснить, что спровоцировало недуг. Сегодня же медики знают: если физиологические предпосылки отсутствуют, есть все основания подозревать психосоматику.

☑ *Частые рецидивы.* Если улучшение самочувствия оказалось непродолжительным и вскоре после выздоровления пациент заболел снова, то, вероятно, причина болезни — в его голове.

☑ *Бессилие медикаментов.* Стандартная схема лечения, доказавшая свою эффективность в сотнях других случаев, зачастую не срабатывает, когда врач изучил симптомы, но так и не установил истинную причину.

☑ *Психотравмы или стрессы.* Толковый врач понимает, что жизненные трудности для пациента — не просто повод пожаловаться и вытребовать более долгий больничный. Когда психика не справляется, сбой может произойти в любой части тела.

Чаще всего соматические заболевания атакуют:

☑ *Сердечно-сосудистую систему.* Артериальная гипертензия, инфаркт, гипертония, вегетативная дистония, а также аритмия.

☑ *Желудочно-кишечный тракт.* Язвенный колит, нарушение оттока желчи, язва двенадцатиперстной кишки и желудка.

☑ *Центральную нервную систему.* Головокружение, хроническая головная боль.

☑ *Кожу.* Псориаз, нейродермит, акне, аллергическая сыпь.

☑ *Репродуктивную систему.* Синдром предменструального напряжения, половое бессилие, бесплодие.

☑ *Эндокринную систему.* Сахарный диабет, гипотериоз, тиреоидит.

☑ *Дыхательную систему.* Бронхиальная астма, дыхательная недостаточность, расстройства фонации.

Добавьте к этому ложную беременность, булимию, анорексию, аллергию всех мастей и различные аутоиммунные заболевания. Отдельным пунктом — онкологические недуги, способные поразить практически любую часть вашего организма в любой момент и в крайне тяжелой форме.

## Причинно-следственные связи

Вытеснение — именно этот механизм психологической защиты лежит в основе психосоматики. Вы осознаете проблему, но не прорабатываете ее, а просто пытаетесь игнорировать. Разумеется, она никуда не исчезает, а трансформируется. Ваши подавленные эмоции, внутренние конфликты и психотравмы переходят из ментальной плоскости в физиологическую, выливаясь в недомогания или же вполне серьезные заболевания.

Современная медицина выделяет по меньшей мере семь основных причин возникновения психосоматических реакций:

☑ *Конфликт.* Ваша личность состоит из двух частей: осознанной и бессознательной. Далеко не всегда они мирно уживаются друг с другом. Но открытая борьба между ними — это полбеда. Еще хуже, когда одна из частей побеждает и оказывается в доминирующем положении, а вторая наносит удары исподтишка. О такой партизанской деятельности зачастую и свидетельствуют психосоматические симптомы.

☑ *Язык тела.* Вы вряд ли об этом догадывались, но ваше подсознание — мастер в использовании метафор. Если в какой-то жизненной ситуации у вас будто связаны руки, верхние конечности и впрямь станут работать хуже. Если нахождение в коллективе — головная боль в переносном смысле, то не

заставит себя ждать и реальная. Иногда стоит прислушаться к таким сигналам.

☑ *Мотивация.* Ее еще называют условной выгодой. Речь о случаях, когда заболеть для вас удобно. Например, ребенок хочет прогулять школу или взрослый — отдохнуть от работы. Кто-то рассчитывает на финансовую компенсацию, а кто-то намерен вызвать жалость у окружающих и получить помощь. Нередко у такого человека действительно появляются симптомы, служащие его странной цели.

☑ *Прошлый опыт.* Травматические эпизоды прежних лет, отпечатавшиеся в памяти, также могут повлечь за собой недуги. Особенно если они имели место в детстве, когда психика человека особо хрупка. Этот негативный опыт ждет, когда на него обратят внимание и проработают проблему. Но, пока этого не произошло, он напоминает о себе доступными ему средствами — болезнями.

☑ *Идентификация.* Здесь суть в эмоциональной привязанности к другому человеку. Настолько сильной, что вы начинаете отождествлять себя с ним. И стоит ему заболеть или почувствовать определенные симптомы, как вы тоже вскоре ощутите подобные проблемы со здоровьем. Если же настолько дорогой вам человек умирает, вы получаете колоссальный удар. Не только на психологическом, но и на физиологическом уровне.

☑ *Внушение.* Порой случается, что мысли о собственной болезни проникают напрямую в ваше подсознание, минуя критический фактор. Такие страхи могут быть частью вашей личности с детства, а потому без проблем пройдут «фейсконтроль». Преодолеть защитный барьер они могут в моменты полного эмоционального истощения (либо, наоборот, накала) или под давлением крайне авторитетного для вас человека, например светила науки, с которым вас связывает давняя дружба.

☑ *Самобичевание.* Человек склонен мучиться из-за чувства вины. Порой обоснованного, а порой надуманного. Разумеет-

ся, зачастую это происходит даже не на сознательном уровне. Подсознание запускает процесс самоистязания и таким образом борется с чувством вины. Стремление к психологическому комфорту в этом случае оборачивается дискомфортом физиологическим.

Но вернемся к языку тела и сигналам, которые посылает нам подсознание. Глубинные причины возникновения некоторых психосоматических заболеваний до сих пор не до конца понятны медикам. Вместе с тем уже выявлены некоторые закономерности и даже шаблоны, которые упрощают работу с такими пациентами. Анемия часто оказывается результатом страха перед неизвестностью. Проблемы с горлом — следствием невозможности открыто выразить свое мнение. Обреченность зачастую провоцирует гастрит. К бесплодию приводит неготовность увидеть себя в новой роли и принять большую ответственность. Но опасней всего в этом плане суицидальные мысли, ведь они провоцируют самые страшные болезни, в числе которых и онкологические.

Психологи и психиатры все чаще стараются действовать на упреждение. Ведь причины очень многих психосоматических заболеваний кроются в детстве, а к зрелому возрасту они уже превращаются в неотъемлемую часть личности, которую подсознание считает чем-то естественным. Ранняя утрата одного из родителей, буллинг со стороны одноклассников, чрезмерная строгость учителей и множество других причин порождают не только фобии и психологические барьеры, но и опосредованно провоцируют развитие болезней. Именно поэтому специалисты стараются выявить подобные проблемы еще в юном возрасте и проработать их с оглядкой на все возможные последствия.

В целом же лечение психосоматических заболеваний — это, как правило, командная работа. С одной стороны, нужно устранить причиненный организму ущерб, и это забота врача

соматического профиля. То есть атакованному инфарктом помогает кардиолог, нажившему проблемы с пищеварительной системой — гастроэнтеролог, а страдающему от диабета — эндокринолог. С другой стороны, следует разобраться с первопричиной проблемы, и за это берется психолог, психиатр или гипнотерапевт. Только его участие помогает не только разово отразить атаку болезни на организм, но и не допустить подобного в дальнейшем. Такой комплексный подход успешно зарекомендовал себя и при лечении онкологических недугов.

## Сквозь призму психоонкологии

Вы могли никогда не слышать об этой междисциплинарной области знаний, объединившей психологию, онкологию и социологию. А ведь ее ценность в борьбе со страшнейшим из недугов не ниже, а то и выше, чем у радио- или химиотерапии. Ее возникновение и развитие — это положительная тенденция в современной медицине, демонстрирующая, что многие исследователи намерены бороться не с последствиями проблемы, а с ее причинами. Психоонкология призвана взглянуть на ситуацию как можно шире и учесть все аспекты, многие из которых до недавних пор было принято игнорировать.

На что только не обращают своего внимания психоонкологи! Прежде всего — на психологическое здоровье пациента и факторы, способные повлиять на него. Способ и стиль общения между ним и медперсоналом. Степень поддержки со стороны родственников и друзей. Эти специалисты изучают когнитивные нарушения, спровоцированные теми или иными способами противораковой терапии. Исследуют психологическую реакцию пациентов и их близких на печальные и радостные новости. Они структурируют и анализируют эти и многие другие данные, чтобы максимально поспособствовать выздоровлению онкобольных.

## Экскурс в прошлое

О том, что эмоции влияют на риск заболеть раком, впервые задумался великий римский врачеватель Клавдий Гален еще во II веке н. э. Он подметил, что грустные женщины страдают от этого недуга чаще, чем жизнерадостные. Этой концепции придерживались на протяжении многих столетий. Так, французский физиолог Дизей-Джендрон в начале XVIII века уверял, что «рак развивается после несчастья, которое вызывает много забот». В конце этого же столетия его коллега Джон Барроуз также писал, что рак провоцируют «неприятные переживания души, долгие годы терзающие пациента». В середине XIX века роль психических факторов в образовании рака молочной железы исследовали выдающиеся хирурги Федор Иноземцев и Николай Пирогов.

Этот вопрос не обошел стороной и основоположник аналитической психологии Карл Юнг, предположивший, что в некоторых случаях онкозаболевания спровоцированы психологическими причинами. А его последовательница из США Элида Эванс посвятила этой теме целую книгу — «Исследование рака с психологической точки зрения». Она приоткрыла завесу многих тайн онкологии, начиная со сложностей прогнозирования и заканчивая причинами внезапных рецидивов после длительной ремиссии. И все это — еще в середине XX века. С тех пор онкопсихология успела шагнуть далеко вперед. Сегодня в профильных вузах работают специалисты из этой области, издаются тематические научные журналы и проводятся крупные конференции.

В штате любой действительно современной онкологической клиники значится психоонколог. Вернее, не просто значится, а делает огромный вклад в выздоровление пациентов. Исследования американских ученых уже показали, что, мобилизуя внутренние психологические резервы больных,

можно добиться впечатляющих результатов. Количество случаев ремиссии при второй стадии рака возросло на 75 %, при третьей — на 45 %, а на четвертой — на 25 %. А всего-то и нужно, что настроить больного на положительное восприятие лечения и веру в результат. Психоонколог сопровождает его на протяжении всего пути: с момента постановки диагноза, в процессе лечения и вплоть до окончания реабилитации.

Ведь как чувствует себя больной раком? Он не просто расстроен — весь его организм скован тревожным напряжением, а подсознание не дает команду на мобилизацию всех сил. Если сам организм сдастся без боя, то никакая сторонняя помощь уже ничего не изменит. Именно поэтому больной должен быть не сторонним наблюдателем в борьбе за свою жизнь, а самым активным ее участником.

### Стресс как причина возникновения рака

Онкологические заболевания, как и множество других психосоматических недугов, могут быть последствием психологических травм, неразрешенных внутренних конфликтов и, конечно же, суицидальных установок, о которых мы еще поговорим подробнее. Если человек подсознательно желает смерти, то именно рак оказывается наиболее эффективным инструментом. Стоит ли удивляться, что у утративших желание жить или намеренных наказать себя за что-то часто появляются новообразования?

По сути, ученые лишь недавно начали действительно понимать, что психологические факторы канцерогенеза настолько же опасны, как и биологические или, скажем, экологические. Ни один металлургический или химический завод, расположенный по соседству, не отравит ваш организм так, как это делают суицидальные установки в подсознании. И ни одна травма не спровоцирует таких патологий, какими вас

способны наградить ментальные проблемы. При желании вы можете оградиться от любых негативных факторов окружающей среды, но вам не убежать от самого себя.

Состояние стресса провоцирует выработку адреналина и кортизола, которые играют важную роль в защите организма. В то же время существенно снижается производство инсулина, соматотропина и половых гормонов. А что еще хуже, подавляется иммунная система. Таким образом, естественный оборонный рубеж вашего тела становится неспособным противостоять даже обычным заболеваниям вроде гриппа. Для рака же и вовсе не находится какого-либо вменяемого ответа.

### Психологическое сопровождение онкобольных

Не только стресс порождает рак, во всех без исключения случаях наблюдается и обратная взаимосвязь. Более того, порядка 40 % таких пациентов из-за сильных переживаний сталкивается еще и с психическим расстройством. Непросто остаться в здравом уме, когда полностью изменился образ жизни, надежды утрачены, вероятны страшные мучения и преждевременная смерть. Разумеется, на этом фоне течение болезни только осложняется. И если не внушить человеку оптимизм и не вдохновить на борьбу, то он проиграет бой за свою жизнь еще до его начала.

Стратегия психотерапии включает много аспектов. Во-первых, она мобилизует естественные способности человеческого организма к самоисцелению. Во-вторых, благодаря правильному отношению пациента к назначенным процедурам, повышает их эффективность. В-третьих, минимизирует негативные последствия радио-, химио- и других видов терапии. В-четвертых, формирует правильный настрой у родных и близких пациента, создавая тем самым мощную группу моральной поддержки.

Действительно толковый специалист обязательно подбирает правильный ключ к больному. Он определяет болевые точки и моменты, когда внутри человека что-то надломилось, а затем прорабатывает эти проблемы, чтобы вернуть подопечного как можно ближе к прежнему состоянию. Избавить человека от тревожности, депрессии и дистресса (невозможности адаптироваться к стрессовым факторам) — значит существенно повысить его шансы на выживание. Последние исследования из Японии подтверждают, что упавшие духом больные умирают от рака на протяжении 20 месяцев в 2,5 раза чаще, чем сохранившие положительный настрой.

Сегодня более популярна групповая терапия. И даже не потому, что это дешевле, чем работать с каждым пациентом индивидуально. Статистика свидетельствует, что занятия в коллективе дают лучший эффект. Современные психонкологи взяли на вооружение все лучшее от различных методик: поддерживающе-экспрессивной, когнитивной, экзистенциальной, межличностной, психодинамической и многих других. Ведь пациент пациенту рознь, у каждого свои проблемы, а значит, нужны индивидуальные комбинации решений. Например, справиться с изменением ролей лучше всего помогает межличностная терапия, а со страхом рецидива — когнитивно-поведенческая. По крайней мере, в этом убеждены сами медики.

## Методики психонкологов

Время для небольшой оговорки. Психонкологами принято называть узких специалистов, работающих в стенах медучреждений, нацеленных на борьбу с онкозаболеваниями. Но, разумеется, не только они практикуют холистические методики исцеления. В борьбе с раком этот инструментарий применяют и психологи, и психиатры, и психотерапевты, и гипнотерапевты. В том числе ведущие частную практику. Поэтому

далее по тексту, говоря «психоонколог», я буду подразумевать всех целителей, взявших на вооружение такие приемы.

Арсенал этих специалистов внушительен и постоянно пополняется. Прежде всего стоит отметить следующие методики:

☑ *Ресурсная психотерапия.* Она нацелена на мобилизацию психологических резервов пациента и перенаправление их в нужное русло для улучшения эмоционального и физического состояния. У больного формируются навыки саморегуляции и задействуются естественные инстинкты, нацеленные на выживание.

☑ *Система Саймонтон.* Карл и Стефани Саймонтон — практики с солидным стажем. Их программа, получившая широкое распространение на Западе, ставит во главу угла самовнушение, визуализацию процесса исцеления, а также интроспекцию (углубленное исследование собственных мыслей и переживаний).

☑ *Глубинная психотерапия.* Согласно своему названию, она нацелена на взаимодействие с глубинными структурами мозга. Обращаясь к подсознанию, врач получает доступ к скрытой информации, которую сознание не в силах понять и тем более объяснить. В рамках терапии прорабатываются экзистенциальные темы, начиная со смысла жизни и заканчивая страхом смерти.

☑ *Когнитивная психотерапия.* Она призвана вернуть человеку способность мыслить здраво. Не устранить негативные мысли и не нацелить исключительно на позитивные, а исправить ошибки мышления, лежащие в основе расстройств. Пациенту помогают раз и навсегда попрощаться с нелогичными и нецелесообразными установками.

☑ *Арт-терапия.* Творчество (прежде всего рисование) — ключ к самопознанию и самовыражению, а значит, и к гармонизации психического состояния. Главный механизм этой терапии — сублимация. Через творчество пациент может вы-

плеснуть накопившиеся в нем эмоции (страх, гнев, обиду, отчаяние), которые стоят на пути к выздоровлению.

☑ *Визуализация.* С помощью этой техники специалисты перепрограммируют мозг на борьбу за здоровье. Увидев цель, пациент обретает уверенность и избавляется от тревожности, к нему возвращаются аппетит и здоровый сон. Таким образом можно также минимизировать дискомфортные ощущения и активировать скрытые резервы организма.

☑ *Поддерживающая терапия.* Методика, в числе прочего нацеленная на реабилитацию страдающих от посттравматического стрессового расстройства, с которым часто сталкиваются больные раком. Данная терапия позволяет если не вернуть человека к прежнему состоянию, то по крайней мере максимально приблизиться к нему с учетом тяжелых обстоятельств.

☑ *НЛП.* Нейролингвистическое программирование избавляет человека от фобий. Этот неконтролируемый страх помогал нашим предкам избегать опасностей и выживать, но сегодня несет в себе исключительно вред. Поэтому психолог разрушает соответствующие «якоря» и создает взамен новые, на которых держатся позитивные программы.

☑ *Гипноз.* Это самый эффективный инструмент из доступных современным психоонкологам. Существуют десятки способов достичь такого состояния измененного сознания, но суть всегда одна — обойти критический фактор и установить контакт непосредственно с подсознанием. Умелый гипнотерапевт способен навести порядок в голове даже крайне отчаявшегося человека, пребывающего в плену ложных негативных установок. Но при одном условии: пациент должен сам этого хотеть.

Жизнь после ремиссии и жизнь в ожидании смерти

Когда рак отступает, пациент не прощается ни со своим лечащим врачом, ни с психоонкологом. С таким коварным

врагом, как онкозаболевание, нельзя расслабляться надолго. С одной стороны, нужно регулярно сдавать анализы, отслеживать онкомаркеры и в случае повторной атаки своевременно отреагировать на болезнь. С другой — очень важно не превратиться в параноика, который рано или поздно своими страхами накличет на себя беду. Именно этому учат добившихся ремиссии пациентов — выдерживать баланс между осторожностью и позитивным настроением. Это ключ к ментальной победе над онкологическими заболеваниями.

Но есть еще одна весомая причина для сопровождения пациента психонкологом. Дело в том, что радио- и химиотерапия существенно угнетают деятельность центральной нервной системы и нарушают когнитивные функции. С одной стороны, на выздоровевшего обрушиваются усталость, тревога и депрессия, а с другой — он испытывает проблемы с памятью, концентрацией, двигательными навыками, а также с ориентацией во времени и пространстве. В подобной ситуации оказывается каждый третий пациент. Причем иногда речь о нескольких месяцах, а порой даже о годах дискомфорта.

Избежать этого позволяет когнитивный резерв. Человеческий мозг умеет создавать новые нейронные связи, способные взять на себя роль ментальных накопителей — того самого резерва, который выручит в самый сложный период жизни. Благодаря этой функции человек сохраняет умственные способности и активность на прежнем уровне, несмотря на травмы, патологические образования или же так называемый химиотерапевтический туман. Создание когнитивного резерва предполагает употребление фармпрепаратов, но они выполняют лишь вспомогательную функцию. Прежде всего образованию новых нейронных связей способствуют разноплановые упражнения для мозга и работа с психологом или психотерапевтом. Да, это похоже на тренировки спортсмена под руководством опытного тренера.

Напоследок стоит поговорить о самой печальной обязанности психонкологов — паллиативной помощи. Как уже было сказано в предыдущих разделах, даже на четвертой стадии порой случаются чудеса и человек выживает. Но куда чаще чуда не происходит и пациенту остается бороться разве что за дополнительные месяцы жизни и минимизацию дискомфорта. У обывателей этот процесс ассоциируется прежде всего с сильнорействующими обезболивающими и обслуживанием прикованного к постели человека. К сожалению, в рамках подхода современной медицины к лечению рака без этого действительно редко удастся обойтись. Но ведь проблемы не ограничиваются одним лишь физиологическим дискомфортом.

Для большинства пациентов неизлечимая болезнь — это неукротимый страх смерти, постоянное ожидание конца и невозможность радоваться оставшимся приятным моментам жизни. Все это лишь еще больше ослабляет организм и усиливает недуг, пожирающий тело изнутри. Напускной оптимизм или полное игнорирование болезненных вопросов со стороны близких не улучшает, а лишь ухудшает ситуацию. Научиться контролировать этот страх, подготовиться ко встрече с неизвестным, насладиться тем, что осталось, — сложнейшая из наук, которую можно постичь лишь под опекой профессионального психонколога. Который, разумеется, будет работать не столько с сознательной, сколько с бессознательной частью разума.

## Но где же результаты?

Вас наверняка давно одолевает этот вопрос. Если психонкология и другие холистические методики так эффективны, то почему миллионы людей продолжают хоронить своих близких? Если этот подход помог множеству пациентов, то почему вы до сих пор не слышали о нем? Если лично для вас

он может стать шансом на исцеление, то почему ваш лечащий врач ни словом не обмолвился об этом аспекте лечения? С одной стороны, это правильные вопросы. С другой — если вы внимательно читали эту книгу, то и сами можете дать на них ответы. По крайней мере в общих чертах. И все же давайте разберемся в деталях.

## Это невыгодно системе

Мы говорили о психоонкологии с гуманистических позиций. О том, как важно настроить пациента на конструктивный позитив, достучаться до его подсознания, обнаружить истинные причины заболевания, сломать вредоносные установки, заменить их правильными, облегчить страдания и поддерживать на протяжении всего непростого пути. И это действительно так, когда речь об отношении двух человек: больного и целителя. Один нуждается в помощи, а второй не имеет морального права в ней отказать и делает все возможное. Потому что человеческая жизнь бесценна, и ничего важнее в мире попросту не существует. Или все же существует?

С точки зрения системы — определено. Потому что человеческая жизнь для нее — это часть печальной статистики, строка из ведомости о доходах, слова в медицинской карте, цифры на памятнике, но никак не что-то бесценное. Как раз-таки наоборот, система точно знает цену каждой человеческой жизни. И смерти тоже. Человек для нее не личность со своей историей, убеждениями и эмоциями, а источник дохода. Он должен приносить прибыль, а значит, болеть. Простудой, гриппом, диабетом, аллергией, депрессией, гастритом, варикозом, а если не повезет, то и раком. Значит, кому-то просто выпал такой незавидный жребий.

Это для вас и ваших близких рак — приговор, вынуждающий тратить все накопления, занимать деньги у знакомых

и организовывать сборы среди незнакомцев. Он рушит все планы и надежды, превращая жизнь целой группы людей в ад. Но для системы проблема, разделившая вашу жизнь на «до» и «после», — всего лишь закономерность. Она знает, что это обязательно произойдет, и просто ждет, с кем именно. «Ничего личного, просто бизнес» — эта затертая до дыр фраза идеально описывает ее позицию. Ведь жизнь — это сценарий, в котором каждый должен исполнить свою роль: кто-то — стать на путь борьбы со страшнейшим недугом, а кто-то — заработать на этом.

Заболев раком, вы становитесь идеальным клиентом. Ведь это не та ситуация, в которой будете по привычке полагаться на авось. Вам не помогут чай, малиновое варенье и таз с горячей водой, как в случае с простудой. Никаких мазей, компрессов и обезболивающих, которые спасали вас от болей в шее и пояснице. И уж тем более вы не отмахнетесь от назначений медиков, потому что ваше «само пройдет» в этот раз не срывается. Наоборот, вы будете обивать пороги больниц и молить о помощи. Вы отдадите что угодно даже не за спасение жизни, а за прозрачную надежду на спасение.

И вы всерьез думаете, что система готова попрощаться с самой прибыльной категорией клиентов? Ни в коем случае! На каждого из них у нее большие планы. Ведь один такой пациент заменяет сотни простуженных, сломавших руку или подхвативших грибок. Система десятилетиями выстраивала правила игры не для того, чтобы кто-то их взял и изменил. И уж тем более она не будет способствовать таким переменам. Давайте на минуту представим, что все осознали возможности своего организма и практикуют холистические методики исцеления. Система попросту рухнет! Разумеется, это идеальный, а потому невозможный сценарий. И все же любой ощутимый отток клиентов, особенно «выгодных», бьет по системе. Она делает все возможное, чтобы сохранить статус-кво.

Именно поэтому лишь в некоторых клиниках психоонкология считается полноправной терапией, а в большинстве — игрушкой. Не говоря уже о других холистических методиках исцеления. Именно поэтому любые теории, хотя бы в чем-то противоречащие основному вектору, показательно признают маргинальными, а в худших случаях даже вредными. Именно поэтому львиная доля пациентов остается в неведении и отправляется напрямиком на химио-, радио- или еще какую-нибудь крайне неприятную терапию. Система сделала все, чтобы вы шли проторенной дорожкой. А придете вы к выздоровлению или к смерти, ей неважно.

### Скепсис медиков

Эта причина отчасти является следствием предыдущей. Ведь все до единого медработники — дети системы. Они пришли в нее вчерашними школьниками, получили набор установок, а потом научились выполнять ее требования за оплату. Именно стараниями системы медицинское сообщество, начиная с мировых светил науки и заканчивая участковым врачом в государственной поликлинике, настолько консервативно и, можно даже сказать, догматично. За шесть и более лет обучения система может так и не заложить в них достаточное количество знаний, но промыть им мозги она всегда успевает.

Успешное внедрение психоонкологии в передовых клиниках Запада — результат многолетней борьбы лучших умов этой отрасли за свое право помогать пациентам. Стоит ли говорить, что в большинстве государств, в том числе весьма развитых, эта борьба далека от завершения? Психоонкологи в лучшем случае оказываются примерно в той же роли, что и гражданский консультант в полиции: могут что-то советовать и даже предпринимать с разрешения «старших», но не имеют права голоса. В худшем случае — они лишь адепты странных тео-

рий, которые мешают «настоящим врачам» спасти пациентов. Зачем тратить время на «пустые разговоры», когда больного можно еще раз накачать отравой или облучить? А ведь речь о специалистах, изначально работающих внутри системы. Целителей, практикующих холистическую терапию вне больничных стен, скептики и вовсе заочно записывают в шарлатаны. Иногда по незнанию, а иногда вполне осознанно.

Еще хуже то, что скепсис поразил даже тех, кто должен был бороться со злом, — психологов, психиатров и психотерапевтов. Многие из них попросту не верят в свои силы. Талантливый врач, на счету которого десятки исцеленных от депрессии и сумевших минимизировать симптомы тяжелых расстройств, может считать себя совершенно бессильным в борьбе с раком. Потому что его учили иначе. Потому что он этого никогда не делал. Потому что боится даже попытаться, ведь коллеги поднимут его на смех. Человек, который мог бы пусть и не всегда, но спасать жизни обреченных, просто сложил оружие, даже не начав бой. Он предает не только пациентов, но и самого себя.

## Человеческий фактор

Наверное, когда-нибудь искусственный интеллект обеспечит идеальный лечебный процесс без ошибок. Но только не в вопросах психологии. Ведь разобраться в душевных переживаниях может лишь тот, кто сам наделен душой. Но человеку свойственно ошибаться. А еще — уставать, сдаваться, спешить, медлить, сочувствовать, гневаться, бояться... Даже самый опытный и талантливый специалист может оступиться. Уверен, для вашей профессии это утверждение тоже справедливо. Правда, в случае психоонколога цена таких ошибок слишком высока. Представьте, в каких условиях работает этот специалист! Его пациенты не могут ждать, решение им нужно здесь

и сейчас. Вот он и разрывается между обстоятельным выбором методики и спешным оказанием помощи подопечным. Отсюда и неверно подобранные инструменты, и отсутствие действительно доверительных отношений с пациентом и, увы, ложные выводы о причинах проблемы.

Вспомните, когда на работе вас заставляла сильная головная боль. Или диарея. Справлялись ли вы со своими обязанностями на все сто? И сильно ли вас волновал тот факт, что вы не слишком результативны в этот день? А доводилось ли вам терзаться на работе любовными муками? Переживать о родственнике, попавшем в ДТП? Беспокоиться о сбежавшей из дому собаке, думать о том, где она скитается, и надеяться на ее возвращение домой? Одна из этих и сотен других подобных ситуаций может случиться с вашим психологом или психиатром в любой день. Например, в день вашей первичной консультации или другого особо важного приема. Физически он будет сидеть напротив вас, но мысленно — в поисках решения своих проблем. Да, сапожником без сапог может оказаться даже опытный целитель душ. Потому что он тоже человек, обремененный своими слабостями и порой неспособный держать удар. Что уж говорить о том, чтобы в такие моменты полноценно помогать другим?

## Сам себе враг

Мы говорим о медиках как о неотъемлемой части системы, но подавляющее большинство пациентов взращены и воспитаны ею в не меньшей, а то и в большей степени. Шутка о людях, которые не сваливаются с Земли, потому что прикреплены к поликлиникам, не так уж далека от истины. Вся жизнь человека — с рождения и аж до самой смерти — проходит под диктовку близлежащего медучреждения. Профосмотры, прививки, флюорография — все мы плотно погружены в эту ру-

тину. Даже родиться или умереть, оставшись вне поля зрения медицинских бюрократов, — это нонсенс. Вас с детства учили играть по таким правилам, поэтому уже в зрелом возрасте вы автоматически выполняете эти предписания и рекомендации. Потому что «так надо и обсуждать здесь нечего».

Параллельно вас годами атаковала реклама в СМИ. Чудо-средства от простуды, гриппа, менструальных болей, ревматизма, аллергии, похмелья и других недугов настолько давно стали частью вашей реальности, что вы уверовали в их эффективность. Тем более что провизор из ближайшей аптеки, получающий бонусы от фармпроизводителей, посоветует «действительно эффективный и проверенный на себе» вариант. А возможно, его рекомендация даже не понадобится, ведь ее еще раньше даст ваш лечащий врач, у которого свои соглашения с производителями лекарств. Вы это прекрасно знаете, но привыкли игнорировать, ведь тут ничего не поделаешь.

Вы продолжаете следовать этой тенденции, даже столкнувшись с таким страшным заболеванием, как рак. Люди без пререканий ложатся под нож хирурга, мирятся с побочными эффектами радио- и химиотерапии, а если выпадает возможность поучаствовать в экспериментальных программах, связанных с генной инженерией, то пользуются и ей. Потому что это «настоящее лечение». Нет в вашей больнице психонколога — и большинство даже не задумается о том, что он мог бы быть. А если есть, то зачастую на него смотрят как на дополнительную услугу, призванную хоть как-то скрасить жизнь в тяжелый период. Скептически настроенные пациенты нередко пренебрегают услугами этих специалистов. Они ходят на сеансы как на побывку, слушают, но не слышат, как-нибудь отвечают на вопросы и просто ждут, чтобы их оставили в покое.

И если некоторые больные раком игнорируют помощь психонколога, работающего в штате больницы и находящегося рядом, то уж тем более они не отправятся со своей про-

блемой к специалисту, организовавшему частную практику. Потому что такой пациент идет прямой дорогой в онкодиспансер, а затем — по полученному там маршруту. Ему и в голову не придет, что источник всех его бед может обнаружить не вооруженный современным оборудованием онколог, а психиатр или гипнотерапевт. И даже услышав такую рекомендацию от знакомых, он с высокой долей вероятности покрутит пальцем у виска, потому что не знает того, что уже знаете вы. Без должной информационной подготовки он назовет эту возможность еще одним сравнительно честным способом отъема денег, а затем отправится в клинику, где с него потребуют на порядок больше, не предоставляя никаких гарантий. Выходит, скептик сам кузнец своего несчастья.

Холистические методики исцеления, хоть и отличаются от остальных, все же имеют с ними важную общую черту. Результат всегда зависит от совокупности факторов. От профессионализма и опыта специалиста. От настроя пациента на победу и его готовности открыться терапевту. От того, что стало причиной проблем и насколько глубоко оно успело укорениться и укрыться в подсознании. В конце концов, никто не отменял фактора стадий и своевременного обращения за помощью. Но прежде всего это ваш выбор. Верить или не верить. Пойти проторенной дорожкой или найти более эффективное средство. Бороться или опустить руки. Не ошибитесь. На кону ни много ни мало ваша жизнь.

Рано или поздно слабости человеческой природы берут верх над профессионализмом, ответственностью, желанием помочь и прочими характеристиками настоящего целителя. Но кто поможет, если не человек? Искусственный интеллект пока что находится на начальных этапах своего развития, да и вряд ли беспристрастная машина сможет хотя бы приблизиться к пониманию всего спектра человеческих эмоций. Нужен кто-то в совершенстве разбирающийся в нашей натуре,

но лишенный недостатков, которыми она наделяет. Звучит как фантастика? Не буду спорить. Лучше просто начну свой рассказ о древней, мудрой и могущественной силе, которая намного старше и нашей цивилизации, и нашего вида вообще. Но лишь после того, как вы узнаете, какова настоящая причина возникновения онкологических заболеваний.

## Истинная причина рака

Я не просто так знакомил вас со структурой разума, психосоматикой и холистическими методами лечения. Если добавлю, что уже больше двух десятилетий занимаюсь гипнотерапией, вы с разочарованием вздохнете: «Теперь все ясно... Сейчас этот тип расскажет, что может вылечить рак гипнозом». Нет. Увы, даже мне, одному из самых высокооплачиваемых гипнотерапевтов в США и основателю Американской Академии Гипноза, такое не по зубам. Как и моему покойному наставнику Джеральду Кейну — ученику великого Дейва Элмана. Но все же именно гипнотерапия помогла мне обнаружить истинную причину появления опухолей. Она состоит в том, что вы... хотите себя убить. Но, скорее всего, даже не осознаете этого. Всех больных раком, с которыми я сталкивался, объединяло подсознательное стремление нанести себе непоправимый вред. Организм лишь подчинялся приказу разума.

Речь не о суицидальной идеации, хотя с точки зрения психосоматики и она может спровоцировать раковые мутации. Мысли о самоубийстве спонтанно рождаются в области подсознания, ответственной за эмоции. Затем они проходят сквозь фильтры аналитического и рационального мышления, которые являются частью сознания. После этого такие мысли почти никогда не претворяются в жизнь... или правильнее сказать «в смерть»? По статистике ВОЗ, ежегодно около 1 млн человек совершают суицид. Еще одна ужасающая цифра, кото-

рая меркнет в сравнении с 7,7 млрд ныне живущих. Особенно если учесть, что мысли о самоубийстве хотя бы раз в год посещают по меньшей мере 3,7 % взрослого населения нашей планеты. Но коварство открытого мной механизма возникновения рака — в том, что он работает в обход сознания. Подсознание напрямую воздействует на химико-биологические процессы в организме.

## Первое слово дороже второго

Если то, о чем я пишу, кажется непонятным, еще раз прочтите главу «Структура вашего разума». Вы не должны плавать в этой теме, если хотите узнать истинную причину своих несчастий. Например, для чего нам критический фактор? Помните, что эта часть подсознания, по сути, его скорлупа. И она обладает избирательной проницательностью. Информация свободно поступает из подсознания в сознание, а вот в обратном направлении критический фактор пропускает лишь то, что подсознание считает... правильным. Отсюда и название: эта область разума критически оценивает установку. Но она не взвешивает все «за» и «против», не занимается фактчекингом, а иногда ее даже не беспокоит, соответствует ли информация логике и здравому смыслу. Это «иногда» как раз и убивает 10 млн человек в год.

Все просто: критический фактор сравнивает установку с теми данными, которыми уже располагает подсознание. Если находит противоречия, тут же отвергает ее. Приходилось ли вам чувствовать, что услышанное — ложь? Не делать такой вывод на основании фактов и умозаключений, а нутром ощущать уверенность, что такого просто не может быть? Это и есть работа вашего внутреннего брандмауэра — критического фактора. Допустим, я скажу, что рак можно вылечить без операций, облучения и химиотерапии, опухоль рассосется и не оставит следов

в организме. Вы не поверите. Не потому, что решите, мол, разумнее доверять официальной науке, чем мне. Вернее, не только поэтому. Прислушайтесь к своим ощущениям. Прежде чем включилось аналитическое мышление, вы почувствовали, что я вас обманываю. Это сработал брандмауэр.

Информация в подсознании, с которой критический фактор сравнивает все новые данные, далеко не всегда верная. Просто она оказалась там раньше. Если я скажу, что в далекой африканской стране хорошие повстанцы пытаются сбросить тирана с поста президента, вы примете эту информацию без возражений. Критическому фактору не с чем ее сравнивать.

Если затем услышите, что все не так однозначно и на самом деле «тиран» не сделал ничего дурного, как вы отреагируете? Уже не примете это на веру, но и начнете сомневаться в изначальном варианте. Нужен еще один источник, чтобы понять, кто прав. Если он подтвердит одну из версий, сработает закон наложения. В подсознании начнет формироваться уверенность, что все именно так. С каждым следующим подтверждением она будет становиться все более железобетонной. Вплоть до того, что никакие факты не смогут вас разубедить. Вы будете чувствовать, что правы. Думаете, почему зомбированные пропагандой и слышать не хотят, что по телевизору врут? Они попали в ловушку критического фактора.

Тем, кто умудрен жизненным опытом, не так-то просто сообщить что-то действительно новое. Они уже знают хоть что-нибудь обо всем на свете. В том числе и о себе. Поэтому у взрослых свежие подсознательные установки приживаются с трудом и сравнительно легко искореняются. Особенно если они деструктивные, ухудшают качество жизни или даже угрожают ей.

Когда в 1945 году союзники освободили концлагерь Берген-Бельзен, они обнаружили 13 000 трупов, сваленных в кучи вокруг барачков. Чтобы похоронить тела, пришлось привлечь

жителей окрестных поселков. Простые немцы не могли поверить, что режим, олицетворявший их родину, способен на такие зверства. Ведь до того им твердили, что евреев просто куда-то переселяют. По слухам, в Уганду или на Мадагаскар. Гитлеру требовалась огромная пропагандистская машина, чтобы оставаться у власти. Но и она не решалась открыто заявлять о том, что творится в концлагерях. Равно как и о том, что это Германия развязала войну. Разум адекватного взрослого человека не стал бы на сторону настолько деструктивных установок из-за механизмов самозащиты. Целому народу врал. Узнав правду, он легко преодолел критический фактор и признал, что нацизм ужасен.

С детьми все гораздо сложнее. Они знают слишком мало о мире и о себе. Пока разум окончательно не сформирован, подсознание не в силах опознать деструктивные идеи. Механизмы самозащиты почти не работают. При этом множество сведений попадает прямиком в подсознание, минуя критический фактор. Ребенку еще не с чем их сравнивать. Если в это время в подсознание проникнет зерно деструктивной идеи, то оно прорастет множеством губительных последствий. Более того, ляжет в фундамент личности. Избавиться от такой установки почти невозможно. Даже средствами гипнотерапии. Ведь мы можем удалить программу. Например, избавить человека от никотиновой зависимости. Но вредоносный код встроен не в программу, а в саму операционную систему.

Как думаете, какая участь ждет человека, у которого в подсознании засела и пускает метастазы установка «Я не должен жить»?

Приговор, вынесенный еще до рождения

Вы удивитесь, но официальная наука считает, что наш разум начинает кое-как функционировать только к трем годам.

Именно в этом возрасте ребенок осознает свою субъектность и начинает правильно употреблять личные местоимения («я», «мое»). Самооценка формируется лишь к семи годам. Даже границы своего тела маленький человек якобы понимает лишь к 12 месяцам. Наука утверждает, что младенцы не могут мыслить, ими движут только инстинкты. В 2013 году группа нейрофизиологов под руководством Сида Куидье из Высшей нормальной школы в Париже опровергла эту странную догму. Они показывали детям фотографии и регистрировали их мозговую активность. Выяснилось, что уже в 5 месяцев ребенок задействует области мозга, ответственные за память, чтобы узнать лицо на снимке. Официальная наука сделала вид, что не заметила этого исследования.

Декарт говорил: «Я мыслю, следовательно, я существую». Раз, по официальной версии, младенцы не умеют мыслить, получается, их не существует? Это один из многих случаев, когда так называемая наука противоречит здравому смыслу. Неужели вы готовы признать, что первая улыбка вашего малыша была лишь рефлекторным сокращением лицевых мышц и вообще ничего не значила? Любому, кто побывал в роли родителя, очевидно, что младенцы разумны. Это не просто нагромождение клеток, а живое существо, наделенное сознанием, способное дарить и принимать любовь. Но далеко не каждый знает, что на самом деле сознание и подсознание начинают формироваться даже не с рождения, а вскоре после зачатия. Именно поэтому в гипнотическом трансе человек способен активировать глубинные слои долговременной памяти и вспомнить свои ощущения в материнской утробе.

Из этого следует, что женщина может еще даже не знать о беременности, а подсознание плода уже открыто к установкам, многие из которых могут оказаться деструктивными. Критический фактор еще не защищает его, поскольку почти любая информация — первая. Ее не с чем сравнивать. Это она

станет эталоном, на основе которого впоследствии будет построена личность. А теперь представьте, что этим эталоном окажутся растерянность матери и ее намерение сделать аборт.

Согласно исследованию Института Гутмахера, до 40% всех беременностей в мире — незапланированные. По данным ВОЗ, ежегодно матерями становятся порядка 16 млн девушек в возрасте от 15 до 19 лет и 2 млн тех, кому нет еще и 15. Беременность для них — это почти всегда неприятный сюрприз. Девочка, которая еще сама ребенок, в ужасе думает: «Мама меня убьет!» — и то же опасение укрепляется в подсознании плода. Она не знает, как смотреть в глаза родителям, что скажет отец ребенка и как быть с учебой. Она чувствует, что незапланированная ранняя беременность пустит ее жизнь под откос, и всерьез задумывается об аборте. Всего 5 минут — и ее «маленькой проблемы» как не бывало! Решение оставить ребенка она чаще всего примет не сама, а под давлением родственников. Что в этом случае запишется в подсознание ребенка? «Я — проблема. Мама не хочет, чтобы я родился. Всем было бы лучше, если бы меня не было».

Путь взрослой роженицы тоже бывает тернистым. Даже те пары, которые не против детей, зачастую признают, что сейчас это как-то не вовремя, как-то не к месту. Внезапная беременность рушит их планы. Может оказаться, что мужчина не готов к такому развитию событий. Что теперь он не уверен в своих чувствах или даже в том, что именно он отец ребенка. Будущая мать, в свою очередь, собиралась строить карьеру, а не менять подгузники. К тому же она потратила столько сил на фигуру, а теперь превратится в бегемота с растяжками. Тем временем между матерью и будущим ребенком уже установлена тесная связь. Он чувствует то же, что чувствует она. И подсознательно ощущает, что мама его не хочет, а просто вынуждена смириться с обстоятельствами. Она была бы гораздо счастливее, если бы жила прежней жизнью.

Это не значит, что стоит задуматься об аборте или расстроиться из-за незапланированной беременности — и ребенок наверняка заболит раком. Формирование сознания и подсознания заканчивается примерно к 12 годам. До этого возраста человек особенно уязвим к деструктивным установкам. Если мысль «Я не должен жить, без меня всем будет лучше!» за это время найдет достаточно подтверждений, то закон наслоения сделает свое дело. Подсознание ополчится против человека, и даже область, ответственная за механизмы самозащиты, начнет разрушать организм.

Ослабленный иммунитет, проблемы с суставами, частые головные боли, нарушения обмена веществ и гормонального фона, кистозные новообразования, склонность к алкоголизму, наркомании и опасным для жизни увлечениям, злокачественные опухоли — проявления этой невидимой войны нет числа. Но ее причина долго остается загадкой, ведь на сознательном уровне может и не быть никаких суицидальных установок, самобичевания и чувства вины. Человек с оптимизмом смотрит в будущее, хочет прожить долгую и счастливую жизнь, но собственное подсознание пытается его убить.

## Двенадцать самых важных лет

Если женщина намеревалась сделать аборт, расстраивалась и злилась из-за нежелательной беременности, то это непременно отразится на ее будущем ребенке. Его подсознание уже инфицировано. Но зачастую этого не хватает, чтобы вызвать раковые мутации. Онкологические заболевания возникают лишь в том случае, когда сошлись несколько факторов. Их влияние, напомню, наиболее губительно в первые 12 лет жизни ребенка, пока происходит формирование разума и критический фактор не столь эффективен против деструктивных установок. О каких факторах речь?

☑ *Домашнее насилие.* Многие родители уверены, что пороть детей — нормально. Они не понимают, что оставляют ссадины не только на коже, но и на психике ребенка. А главное, вбивают в его подсознание посыл о беспомощности и безысходности. Тот, кто должен был защищать маленького человека, становится для него угрозой. Притом угрозой, от которой ребенок полностью зависим финансово, психологически и эмоционально. В 1997 году Госдума РФ придала огласке шокирующую статистику: в 90-х около 200 000 российских детей ежегодно умирали от побоев, а около 2 000 — совершали самоубийство на этой почве. В 2010-м ситуация улучшилась: российские родители забили до смерти около 1 700 детей. Тем не менее, по данным ЮНИСЕФ, каждые 5 минут в мире убивают ребенка. Пока вы читали эту главу, где-то «физические меры воспитания» как минимум 3 раза закончились трагедией. Проблема сексуального насилия стоит не менее остро. По данным ВОЗ, в детстве родители или опекуны хотя бы раз изнасиловали каждую пятую женщину и каждого десятого мужчину.

☑ *Ошибки воспитания.* Даже в благополучных семьях подроски убеждены, что мама с папой испортили им жизнь. Часто это правда. Большинство людей на планете — плохие родители. В этом нет ничего удивительного. Чтобы управлять авто, нужно пройти обучение и сдать экзамен. Чтобы управлять судьбой своего ребенка, достаточно просто не пользоваться контрацептивами. Почти никто не учится быть хорошим родителем. А тем, кто пытается, подсовывают нечто вроде системы Марии Монтессори, отдавшей своего собственного сына в приемную семью. Вот почему многие родители позволяют себе оскорблять ребенка, орать на него, угрожать детдомом, обесценивать его достижения, не верить в него, зажимать в тиски гиперопеки, упрекать деньгами и повторять: «Я же на тебя всю жизнь положила, а ты... сволочь неблагодарная!» Все это рождает деструктивные установки, накапливающиеся в подсознании ребенка.

☑ *Скандалы.* Семейная жизнь не обходится без ссор. Но ребенок не должен слышать, как родители выясняют отношения. Особенно когда они делают это слишком эмоционально, то есть с криками, оскорблениями или даже рукоприкладством. Если такое случается на регулярной основе, дети подсознательно понимают: именно они — единственная причина, по которой родители все еще не разбежались. Взрослые думают, что приносят себя в жертву, чтобы ребенок рос в полной семье. А на самом деле прививают ему чувство вины. В его подсознании укореняется следующий тезис: «Если бы меня не было, мама с папой могли бы быть счастливы». Эффект усиливается, когда речь не просто о людях, переживающих сложный период в отношениях или разлюбивших друг друга, а о жертвенности одного из супругов. Например, жена вынуждена терпеть побои тирана, чтобы не остаться с ребенком на улице.

☑ *Развод и новые отношения.* Общество не благоволит женщинам с «прицепом». При этом на постсоветском пространстве, к примеру, 96 % детей, переживших развод родителей, остаются жить с матерью. Она любит своего ребенка, но подсознательно понимает: с ним ей гораздо сложнее устроить свою личную жизнь. Поскольку эмоциональная и психологическая связь между матерью и ребенком не обрывается, когда перерезана пуповина, это ощущение подсознательно передается сыну или дочери. Глубоко внутри они понимают, что стали балластом. Эта установка укрепляется, когда женщина, сталкиваясь с обычными для матерей-одиночек проблемами, становится нервной и срывается на ребенке. Когда же она приводит в дом «нового папу», тот может воспринять ребенка как «бесплатное приложение». Если у пары родятся свои дети, маленький человек от прошлого брака может почувствовать себя лишним даже на сознательном уровне. А это тоже опасно для здоровья.

☑ *Проблемы с социализацией.* В попытках оградить чадо от опасностей внешнего мира родители могут зайти слишком

далеко. Никаких прогулок со сверстниками, потому что так попадают под дурное влияние и впервые пробуют сигареты, алкоголь, наркотики. Никаких социальных сетей, потому что там «Синий кит». Никаких видеоигр, потому что разовьется компьютерная зависимость. Никаких разговоров о противоположном поле, потому что «в твоём возрасте нужно думать об учебе». В результате ребенок отрезан от общества. Ему не о чем разговаривать с одноклассниками, у него нет друзей, он чувствует, что не вписывается в систему. Становится замкнутым и нелюдимым. В подсознании «отшельника» отпечатывается, что он дефективный. Что он никому не нужен. Что мир ничего не потеряет, если его не станет.

☑ *Буллинг.* По данным на 2019 год, каждого второго российского подростка хотя бы раз травил в школе. Из них почти половину — за внешний вид, а каждого третьего — за национальность. В 20 % случаев буллинг поддерживали учителя. Жертвой может стать любой, кто отличается от серой массы: двоечник, отличник, выходец из слишком богатой или слишком бедной семьи, толстый, худой, высокий, низкий, представитель национального меньшинства или просто обладатель веснушек. Не зря говорят, что дети — самый жестокий народ. Не все понимают, что в травле нет победителей. Абсолютно все ее участники могут быть наказаны вредоносными подсознательными установками. Жертва — заниженной самооценкой, а инициаторы и свидетели — чувством вины. Ученые подтверждают, что буллинг ведет к психосоматическим расстройствам, но умалчивают, что в их числе могут оказаться и раковые мутации.

☑ *Поведение воспитателей и учителей.* Давайте начистоту: многие из них ненавидят и детей, и свою работу. Вы и сами наверняка сталкивались с истеричками, оскорбляющими учеников просто за то, что те плохо усвоили материал. Они бросают в детей мел, тряпки, бьют их учебниками по го-

лове, при любой возможности переходят на крик и неустанно повторяют мантру про «самый плохой класс за последние 20 лет». Эти «педагоги» не просто самоутверждаются за счет тех, кто нуждается в их поддержке. Они ментально калечат детей именно тогда, когда те наиболее уязвимы к психологическому насилию.

Все эти факторы предполагают пассивную роль человека. Он становится жертвой обстоятельств. Если их слишком много, то онкологические заболевания рано или поздно дадут о себе знать. Но это не значит, что невозможно самому спровоцировать страшный диагноз. В том числе и во зрелом возрасте. Да, критический фактор уже не пропускает в подсознание что попало, но депрессия или чувство вины могут стать соломинкой, переломившей спину верблюду. Наибольшему риску подвержены те, кто изменяли супругу, бросали в нужде собственных детей, предавали друзей, совершали непреднамеренные убийства (например, в ДТП). Последней каплей может стать даже сбитая бродячая собака.

### Путь к исцелению — перепрошивка подсознания

Гипнотерапия творит чудеса. Мне хватало сеанса, чтобы исцелить никотиновую и алкогольную зависимость, депрессию и тревожное расстройство, помочь примириться с прошлым и по-новому взглянуть в будущее. Моими клиентами были голливудские звезды, главы крупных корпораций и влиятельные политики. Но у каждого инструмента свои границы возможного. Гипноз, пожалуй, самый эффективный способ обойти критический фактор и взаимодействовать напрямую с подсознанием. Гипнотерапевт может искоренять и внушать отдельные подсознательные установки. Но тем, кто борется с раком, этого недостаточно. Им нужно вычистить авгиевы конюшни своего разума — изъять абсолютно все, что заставляет

подсознание убивать организм. Проще говоря, нужна переустановка внутренней операционной системы.

Я опасался, что так никогда и не найду способ сделать это. Ведь у некоторых задач попросту нет решения. Увы, не все в жизни можно исправить. Я был в отчаянии. Представьте, каково это: прийти к пониманию истинных причин рака, подтвердить свою гипотезу на десятках онкобольных, но все еще не иметь возможности им помочь? Это чувство беспомощности съедало меня изнутри, как раковые метастазы. Но, говорят, учитель приходит лишь тогда, когда ученик готов. Через несколько лет тщетных попыток приспособить гипнотерапию для полной перепрошивки подсознания мне, казалось бы, случайно попала на глаза одна странная методика. Она якобы настолько эффективна, что один сеанс заменяет 20 лет психотерапии. Сперва я думал, что это шарлатанство, но не мог упустить возможности испытать ее на себе.

Это было нечто фантастическое. Впоследствии я узнал, что пережившие такой опыт часто считают именно его главным событием своей жизни. Не встречу с супругом и не рождение ребенка, а это. И неудивительно. Я пережил смерть эго, а затем воскрес новым человеком. Мое подсознание будто разобрали по кирпичикам, а затем собрали заново. Признаюсь, я даже общался с Богом. И он сказал, что дарует мне силу останавливать смерть. Знаю, как это звучит. И понимаю, что на вашем месте я бы сам себе не поверил. Но правда бывает невероятной. Почему я уверен, что не сошел с ума? Потому что после этого разговора помог многим своим пациентам исцелиться от рака. Благодаря методу, которому уже не одна тысяча лет. Власть имущие делают все, чтобы мы с вами о нем забыли. И я знаю причину: система требует свежей крови. Требует денег. Даже если это последние деньги в вашей жизни.

Лекарства будущего  
родом из прошлого:  
священные растения  
и грибы

**Н**а что же остается уповать больному, если в борьбе за его здоровье бессильными оказываются и представители официальной медицины, и адепты холистической терапии? Некоторые от отчаяния впадают в крайности. Вы и сами наверняка знаете людей, которые отправлялись в паломничество по святым местам в надежде на божью помощь или делали ближайшим церквям солидную выручку, заказывая немислимое количество свечей и служб за свое здоровье. Некоторые же и вовсе пускаются во все тяжкие, отдавая себя в руки разномастных экстрасенсов, гадалок и прочих шарлатанов. Являются ли они той самой могущественной силой, которая разбирается в человеческой натуре, но лишена ее слабостей? Конечно нет! Повторюсь, даже психо- и гипнотерапевты, понимающие механизм возникновения онкологических заболеваний, в подавляющем большинстве случаев оказываются бессильны. Что уж говорить о недалеких фантазерах, вооружившихся воском, яйцом и кофейной гущей?

## Больше, чем растения

Обладатели исцеляющей силы не прибыли к нам из глубин космоса. Они всегда были, есть и будут рядом. Большинству читающих эту книгу нужно просто немного прогуляться, чтобы встретиться с ними. Некоторым и вовсе достаточно выглянуть в окно. А то и бросить взгляд на подоконник, уставленный горшками и кашпо. Правильно, я имею в виду растения. Вернее, растения и грибы. Большинство из них растет за тридевять земель от вас, но некоторые буквально ваши соседи. Вы знаете их с детства, но не догадываетесь об их истинном потенциале. Дело даже не в тысячах километров, разделяющих вас, а в барьере, который система тщательно выстраивала между вами и шансом на истинное исцеление и просветление. Да, растения и грибы, которые могут спасти

вашу жизнь, служат еще и источником подлинных знаний об окружающем мире.

Это еще один поворотный момент данной книги. На вас снова нахлынул скепсис, причем куда более сильный, чем в предыдущие разы. А самые слабые духом, пожалуй, очень близки к тому, чтобы бросить чтение. Но я настоятельно советую в последний раз попридержать свою недоверчивость и не спешить с выводами. Теория, которая кажется вам исключительно фантастической, будет подкреплена не только логичными доводами, но и конкретными фактами, а также обстоятельными примерами. То, что эти знания пока что за гранью вашего понимания, означает лишь вашу зашоренность и ничего более. Не говоря уже о том, что тема этой книги совершенно не подходит для того, чтобы шутки шутить. Речь об опаснейшей из болезней и революционном способе борьбы с ней. Ничего серьезней и быть не может.

Повторюсь, причины рака — это не просто вредоносная программа, прокравшаяся в ваш компьютер. Это тяжелое поражение самой операционной системы, требующее полной переустановки. Такое вмешательство в подсознание не по силам даже самому компетентному специалисту, а вот растениям и грибам — вполне. То, что вы называете примитивными формами жизни, способно производить сложнейшие манипуляции с вашим разумом. Проникнуть в глубины подсознания, обнаружить критические сбои, устранить их и отладить функционирование операционной системы — за этой упрощенной схемой скрывается титаническая работа с учетом множества аспектов. И это единственная в своем роде возможность. Вот о чем вы должны думать в первую очередь.

Я буду говорить об этих невероятных практиках и с научной, и с духовной точки зрения. Ведь, с одной стороны, все мы родились и выросли в эпоху развитой научной мысли, когда у каждого явления есть логичное приземленное объяснение.

С другой — речь пойдет о пока еще непостижимой могущественной силе, на которую веками и тысячелетиями смотрели исключительно сквозь призму мистических обрядов. Все эти традиции стали неотъемлемой частью просветления и исцеления, а многие из них впоследствии получили научное обоснование. Поэтому я рассказываю об этих инструментах работы с подсознанием так, как считаю нужным. В конце концов, не хранители древних знаний приходят за помощью к скептикам, а скептики — к ним. Поэтому приготовьтесь узнать правду, даже если она покажется невероятной.

## Основы вегетализма

Было бы чрезвычайно наивно утверждать, что все 390 000 видов растений и 98 000 видов грибов, известных современной науке, обладают невероятным потенциалом. Что какой-нибудь одуванчик может одарить богатырским здоровьем, дикорастущая яблоня — ценным озарением, а подберезовик — сверхъестественной силой. Подавляющее большинство растений и грибов на нашей планете — именно то, что вы о них думаете. Это бесхитростные представители земной жизни, питающиеся солнечными лучами или же находящимися вблизи органическими веществами. У них нет даже зачатков сознания и тем более какой-то цели. Но есть среди них и особенные, хранящие в себе невероятную силу и мудрость тысячелетий, способные изменить ход нашей истории и ждущие своего часа. В вегетализме их называют растениями-учителями и грибами-учителями. Они же «маэстро».

Вегетализм — это учение, основанное на взаимодействии с духами таких растений и грибов. Эти древние верования активно вытеснялись институализованными религиями по всему миру. Церемонии, открывавшие истину о принципах мироздания и помогавшие решать сложные проблемы, объявлялись

«дикарскими традициями» и веками пребывали под строгим запретом. Но правду не утаишь, и, вопреки всем гонениям, эти ритуалы дожили до наших дней. Сегодня традиции предков активно возрождаются по всей планете: в Амазонии, Африке, Сибири, Азии и даже кое-где в Европе.

Адепты вегетализма убеждены, что разумная жизнь не ограничена привычными нам формами. Они не отрицают очевидного и признают, что флора в тысячи раз старше человечества, а потому она многократно мудрее и могущественнее самозваного царя природы. То, что вы привыкли воспринимать как источник кислорода, употреблять в пищу и использовать в качестве декора, аккумулировало необъятный опыт всего живого на нашей планете. Вегеталисты почитают мудрейших из учителей и черпают знания там, где это и следует делать. Перенимают опыт у существ, переживших сотни и даже тысячи катаклизмов природного и техногенного характера. Эти люди отринули пренебрежительное отношение к иным формам жизни и теперь смотрят на мир незашоренным взглядом.

Взаимодействуя с растениями-учителями, ученики получают ответы на любые, даже самые сложные вопросы. Это надежный способ узнать все о себе и окружающем мире. Кроме того, верховные представители флоры укрепляют тело и дух, а также исцеляют от всех известных современной науке болезней, в том числе самых тяжелых. «Нелепые ритуалы» и рецепты «чудаковатых шаманов» уже активно исследуют ученые-энтузиасты по всему миру, пытаясь расширить границы своего понимания и воспользоваться ранее скрытым потенциалом. И если энтеогенные грибы уже относительно давно были в поле их зрения, то сегодня в самом центре внимания оказалась аяваска — мощнейший инструмент, который сквозь века пронесли индейцы кечуа, главные хранители вегеталистских традиций Амазонии.

Основа древних индейских верований — культ Матери-Земли, Пачамамы. Также известная под именем Мать Мира, она издавна была одной из наиболее почитаемых богинь. Покровительница урожая, Пачамама олицетворяет саму жизнь. Традиционно ее изображают в образе зрелой женщины, несущей листья коки и картофель. Кечуа считают себя обязанными всем, что имеют, этой самой щедрой из богинь, а потому к природе во всех ее проявлениях относятся с искренним почтением и любовью. Надо полагать, поэтому именно им и решили открыть свои тайны «маэстро».

Искоренить вегеталистские верования на территории Амазонии не смогли ни века европейской оккупации, ни насаживание католицизма. Более того, видные деятели христианства понимали, что это не еще один языческий культ, а нечто более весомое. Возможно, даже более весомое, чем их собственная религия. Поэтому на смену прямой конфронтации пришла подмена понятий. Даже Иоанн Павел II в 1985-м заявлял в своей проповеди в Перу: «Поклонение Пачамаме — это не что иное, как признание Бога и Его благодати, даровавшей вашим предкам пищу с земли, которую они возделывали». А посетив Боливию в 1988-м, понтифик добавил: «Бог знает, что нам нужно из пищи, производимой на земле, этой разнообразной и выразительной реальности, которую ваши предки называли Пачамамой и которая отражает работу Божественного провидения, предлагающего нам свои дары на благо человека».

Вегетализм не только подарил возможность стать богаче, успешней, счастливей и мудрей. Это учение дает шанс на выздоровление даже тем, кто давно утратил надежду. И пока ученые по крупницам собирают факты о целебных свойствах таких растений и грибов, хранители древних традиций уже давно получили эти знания от своих далеких предков. Они знают, что, как и зачем нужно делать. Их не интересует химическая

и биологическая подоплека процесса исцеления души и тела, ведь им известна глубинная суть происходящего. И уж тем более они не склонны сваливать в одну кучу возможности растений и грибов. Опытные шаманы понимают, к кому из них следует обращаться за помощью в тех или иных ситуациях. А вскоре это узнаете и вы.

### Диетирование ради здоровья и просветления

Как общаться с духами священных грибов и растений? Как удостоиться аудиенции у тех, кого шаманы уважительно называют «маэстро»? Выращивать их в своем саду? Ходить в ближайший лес и поливать? Украшать эти деревья, кустарники, траву и грибы, а затем произносить молитвы? У вегеталистов никогда не возникает таких глупых вопросов. Потомственные шаманы в деталях знают, как устроить урок под руководством того или иного «маэстро» и как высказать ему должное почтение. Но главный атрибут любой церемонии — это так называемое диетирование, употребление растения либо гриба тем или иным образом.

Не спешите удивляться. В таком обращении с «маэстро» нет ничего крамольного, как и, например, в христианском причастии. Ведь растение или гриб — лишь телесная оболочка, призванная связать желающего найти просветление с мудрым духом. Вот вегеталисты и употребляют их всеми возможными способами. Жуют свежесорванные листья, молодые побеги, а также ножки и шляпки грибов. А еще настаивают и отваривают их. С некоторыми растениями принимают ванны, а некоторые даже курят. Опытные шаманы комбинируют «маэстро», чтобы добиться наибольшего эффекта в той или иной ситуации. Самой известной такой комбинацией стала аяваска — отвар из лианы *Banisteriopsis caapi* и чакруны (*Psychotria viridis* или *Diplopterys cabrerana*). Ре-

цепт этого напитка курандеро (амазонские шаманы) передают из поколения в поколение как ценнейшую святыню. Как правило, у каждого он свой, ведь наряду с двумя основными аяваска может включать до 20 дополнительных растительных компонентов.

Современные исследователи поражаются, насколько сложно было древним шаманам методом проб и ошибок прийти к столь важным открытиям. Ведь они не только отыскивали нужные растения и грибы, но и научились правильно их готовить, а некоторые — еще и комбинировать. Сами же хранители вегеталистских верований хорошо знают: никаких проб и ошибок не было, а рецепт чудодейственного отвара им подарили сами древние духи. Сложно переоценить вклад этих людей в дело всеобщего просветления. Но потомственные шаманы, которым чужда гордыня в любом ее проявлении, считают себя лишь исполнителями воли высших сил.

Именно поэтому они не закрываются от остального мира, хотя зачастую не разделяют ценностей своих соседей по планете. Их стремления и мечты лежат вне материальной плоскости. Гармония с природой для них важнее любой суммы на банковском счете, а счастье ассоциируется с куда более важными аспектами жизни, чем роскошное авто или телевизор на полстены. Своим мудрым взглядом на этот мир они готовы поделиться с каждым желающим. Ведь главное предназначение шаманов — спасти всех, кто в этом нуждается. И прежде всего оказавшихся в безнадежной ситуации.

Несмотря на разнообразие способов диетирования с мистическими растениями и грибами, есть у них одна важная общая черта — ритуал. Для просветления и исцеления мало просто выпить отвар из «лианы духов», съесть несколько грибных шляпок или покурить шаманского табака. Диетирование — это всегда церемония. Она должна проходить в аутентичном месте, под руководством опытного шамана, под

ритуальные песнопения и соблюдением десятков мелких, но от того не менее важных аспектов. Только так, оказав должное уважение «маэстро» и древним традициям, можно надеяться на должный результат.

Что же представляет собой вегеталистская церемония? По сути, это мощный психоделический трип — путешествие, из которого вы возвращаетесь совершенно другим человеком: познавшим себя и окружающий мир, осознавшим свои проблемы и пути их решения, свободным от навязанных ментальных блоков, готовым жить по-настоящему, а самое главное — здоровым или как минимум ставшим на путь исцеления. Такие церемонии практически не имеют ничего общего с рекреационным употреблением психоделиков, о котором вы наверняка слышали. Вы вряд ли захотите повторять этот «развлекательный сеанс», но запомните его навсегда как отправную точку вашей настоящей жизни, а не серого существования, что ей предшествовало.

## Научный взгляд на вегеталистские церемонии

Среди почитателей аяваски и галлюциногенных грибов нашлось немало желающих разложить чудо на химические составляющие. Такой подход к главному инструменту познания, а также ментального и физического исцеления стал настоящим спасением для тысяч скептиков, которые смотрели на старинные ритуалы надменным взглядом представителя западной цивилизации. Получив «научное обоснование» мистических теорий, такие люди решались поучаствовать в церемонии и открывали для себя неизведанный мир потрясающих возможностей. Победив свой скепсис однажды, они избавлялись от зашоренности, соприкасались с безграничной мудростью древних наставников и получали от них неоценимую помощь.

Начнем с аяваски. С научной точки зрения ее главным компонентом выступает диметилтриптамин (ДМТ). Это психоделик, очень схожий по своей химической структуре с серотонином. Благодаря этой особенности он способен влиять на серотониновые рецепторы, вызывая измененное состояние сознания с интенсивными визуальными и аудиальными галлюцинациями, а также искаженным восприятием реальности и времени. Организм человека способен вырабатывать ДМТ, но в очень малых объемах. А вот чакруна обеспечивает достаточное количество этого вещества в порции аяваски.

«Лиана духов» *Banisteriopsis caapi*, в свою очередь, содержит ингибиторы моноаминоксидазы (ИМАО). Ингибируя (замедляя) действие этого фермента, они препятствуют преждевременному расщеплению ДМТ в организме. Это залог попадания достаточного количества диметилтриптамина в головной мозг до того, как им вплотную займется моноаминоксидаза. Таким образом, союз этих двух растений имеет не только духовное, но и научное обоснование.

«Химические версии» получили и механизмы воздействия других растительных наставников. Так, например, эффект от диетирования с кактусами пейот и Сан Педро ученые объясняют свойствами содержащегося в них мескалина — энтеогена из группы фенилэтиламинов. Название псилоцибиновых грибов говорит само за себя: их воздействие на человека объясняют присутствием одноименного алкалоида из семейства триптаминов. Так же, как и мухоморные трипы — комбинацией мусцимола и иботеновой кислоты.

Эти объяснения прямолинейны, а потому довольно далеки от истины. По крайней мере, они не учитывают иных атрибутов церемонии, не говоря уже о духовных аспектах просветления и исцеления. Зато дают шанс тем, кто, в силу своего упрямого следования мнению большинства, никогда бы не стал искать эту истину и, столкнувшись с серьезным заболеванием,

просто отправился бы под нож хирурга или на сеансы радио- и химиотерапии. В итоге скептики получают куда больше, чем просто психоделический трип, — шанс на новую жизнь.

Тем временем ученые пытаются найти научное объяснение не только феномену просветления, но и целебным свойствам мистических растений и грибов. Они выдвигают различные версии, но пока что чаще вынуждены просто констатировать чудесные исцеления, которые на самом деле вполне закономерны.

## Исцеление души и тела

Ряд исследований продемонстрировал эффективность аяваски в лечении зависимости от алкоголя, табака и наркотиков (прежде всего кокаина). Участники экспериментов отмечали, что в процессе общения с «маэстро» смогли понять скрытую природу своей зависимости и благодаря этому победили ее. Целых 74 % подопытных ощутили наряду с антиаддиктивным и другие долговременные эффекты: улучшение настроения, гармонизация отношений с окружающими, полное принятие себя и приверженность к правильному питанию. Причем все это без каких-либо побочных эффектов.

Бразильские ученые из города Натал научились лечить депрессию с помощью аяваски. Они не просто нашли 17 желающих в возрасте от 18 до 60 лет, а отобрали тех, кому не смогли помочь по меньшей мере два вида антидепрессантов. Двойное слепое тестирование продемонстрировало как минимум двукратное улучшение показателей по шкале диссоциативных состояний у 64 % употреблявших отвар из «лианы духов». А самое главное, что общение с растениями-учителями мгновенно улучшило состояние пациентов, тогда как фармпрепараты обладают накопительным эффектом и начинают действовать лишь через две недели после старта лечения.

К тому же положительная динамика в случае аяваски оказалась долговременной.

Отвар из «лианы духов» эффективен и в борьбе за сохранение памяти. Опыты под эгидой Национального исследовательского совета Испании, проведенные профессором Джорди Рибой, дали надежду на победу над болезнью Альцгеймера. Ведь алкалоиды гармин и тетрагидрогармин активно стимулируют образование и созревание новых клеток, в числе которых астроциты, способные становиться нейронами. Таким образом, аяваска помогает восстанавливать нарушенные нейронные связи в любом возрасте. Хотя ранее считалось, что у пожилых людей нет шансов возобновить производство нейронов. Кроме того, гармин и тетрагидрогармин положительно влияют на неокортекс и гиппокамп, ответственные среди прочего за осознанное мышление и различные типы памяти.

Впрочем, не аяваской единой. Джунгли веками заменяли и продолжают заменять индейцам кечуа аптеки. Они прекрасно знают, к какому из «маэстро» обратиться за помощью в случае того или иного недуга. И те проявили себя не только как мудрые наставники, но и как талантливые целители. Грибы и растения-учителя помогают вылечить простудные и вирусные заболевания дыхательных путей. Устраняют нарушения в работе пищеварительного тракта. Снижают температуру, блокируют воспалительные процессы, борются с отеками, снимают спазмы и избавляют от боли. Восстанавливают потенцию и спасают от фригидности. Некоторые лечат от бесплодия, а другие, наоборот, служат противозачаточным средством. Удаляют из организма паразитов всех мастей. Облегчают муки больных артритом и ревматизмом. Укрепляют кости и сухожилия. Защищают от пролапсов. Обеззараживают раны и минимизируют последствия змеиных укусов. Препятствуют выпадению волос и разрушению зубов. Нормализуют

уровень глюкозы в крови и артериальное давление. А также повышают жизненный тонус и стимулируют естественный иммунитет организма.

## Истории, которые дают надежду

Я мог бы рассказать о многих своих пациентах, исцелившихся чудесным образом. Они возвращались домой из Эквадора, где расположен наш центр, шли на обследование и... с удивлением обнаруживали, что абсолютно здоровы. Врачи убеждали их пройти обследование во второй раз: должно быть, случилась ошибка, моим пациентам выдали чужие снимки и результаты чужих анализов. Но ошибки не было. Я мог бы опубликовать результаты «до» и «после», а еще добавить отзывы моих пациентов. Уверяю, человеку, который еще вчера стоял одной ногой в могиле, а сегодня обрел шанс на новую прекрасную жизнь, есть что сказать. Но я не стану этого делать. Не из соображений врачебной этики. Почему же тогда?

Потому что отзывам давным-давно никто не верит. Их слишком легко фальсифицировать: фотография из фотобанка, пронзительный текст, написанный копирайтером, анализы из «фотошопа». Установка, что рак может вылечить только онколог да и то не всегда, настолько глубоко засела в вашем подсознании, что критический фактор тут же отбросит любые факты, доказывающие обратное. Поэтому я пошел другим путем — нашел документированные случаи, когда аяваска навсегда исцеляла от рака или по меньшей мере приводила к стойкой ремиссии. Все они — из научных изданий. Большинство я почерпнул из статьи Эдуардо Шенберга «Ayahuasca and cancer treatment» (SAGE Open Medicine, 2013).

Если даже официальная наука вынуждена признать, что древняя психоделическая медицина эффективна против рака, то какие могут быть сомнения?

## История Дональда Топпинга

В 1988 году ему поставили страшный диагноз — рак толстого кишечника. Дональду было 58 и, несмотря на ученую степень (профессор лингвистики Гавайского университета), он не слишком доверял классической медицине. Поэтому вместо операции выбрал курс традиционных методик длительностью четыре месяца. Тогда Дональд еще не слышал об аяваске, но принимал некие «растительные препараты», соблюдал вегетарианскую диету, выполнял физические упражнения и много отдыхал. По завершении курса биопсия не выявила раковых клеток, но, увы, результат оказался ложным. Следующая биопсия через две недели подтвердила, что у Топпинга все еще рак, — и ему пришлось лечь на операционный стол.

Все прошло успешно, и профессор был убежден, что онкопатологий на его веку больше не будет. Но в 1996 году врачи диагностировали у него гепатоцеллюлярную карциному, а проще говоря, рак печени. Опухоль уже дала метастазы, так что шансы выжить после ее удаления и года обязательной химиотерапии, по оценкам докторов, составляли 15–25%. Топпингу удалили половину печени, но от химиотерапии он отказался. Вместо этого прошел четыре церемонии аяваски: две в церкви Santo Daime на Гавайях и еще две в Перу. По возвращении домой он сдал анализы и обнаружил, что онкомаркер РЭА ниже нормы. Это означало ремиссию.

Рак отступил на семь лет. Профессор Топпинг умер в 2003-м, на 74-м году жизни.

## История Эйприл Блейк

В 2008 году врачи сообщили ей, что неоперабельная опухоль в гипофизе подобралась слишком близко к зрительным нервам и мозговому стволу, а потому впереди только слепота

и смерть. Жизнь 34-летней женщины-антрополога и до того складывалась тяжело: с подросткового возраста она страдала от акромегалии — редкого нарушения функции гипофиза, сопровождающегося расширением и утолщением костей стоп, кистей и черепа, частыми головными болями, утомляемостью, снижением остроты зрения, ослаблением умственных способностей и прекращением менструального цикла.

Эйприл давно интересовалась холистической и народной медициной, поэтому у нее не было предубеждений к «странным» методикам. Она хваталась за соломинку: практиковала традиционную китайскую медицину и обращалась к известному бразильскому медиуму João de Deus. Ничего не помогало. В конце концов женщина решила отправиться в Перу к шаманам племени шипибо-конибо на церемонию аяваски. После отвара из «лианы духов» ее состояние заметно улучшилось, а в 2011-м, пройдя уже не один десяток таких ритуалов, Эйприл сообщила, что полностью исцелилась от рака и акромегалии.

Увы, это не совсем так. Обследование показало, что опухоль никуда не делась, но ее рост прекратился. Эйприл больше не беспокоят головные боли, утомляемость и другие симптомы акромегалии. А главное — она жива. Еще 13 лет назад врачи сообщили ей, что надежды нет, но в 2021-м она все еще чувствует себя замечательно. Благодаря аяваске.

## История Маргарет Де Вис

Она никому не сказала о своем диагнозе — раке молочной железы. И вместо удаления груди и долгих курсов химиотерапии отправилась в Эквадор, к курандеро из племени хиваро. Маргарет сообщила ему, что хочет пройти церемонию аяваски для саморазвития. Но шаман тут же сказал, что она в опасности, ведь ее грудь заполнена черным дымом. Именно так

она впоследствии и назвала книгу о своем чудесном исцелении — «Черный дым». Курс лечения длился три года, с 2000-го по 2003-й, и включал 11 поездок в Эквадор. Там Маргарет пила аяваску, взаимодействовала с другими растениями-учителями и придерживалась шаманской диеты: только вареные продукты без соли и масла.

Сегодня она успешный композитор, писатель и популяризатор традиционной амазонской медицины. Она жива, полностью здорова и не ложилась под нож хирурга. В 2003 году, когда курандеро сообщил, что черный дым рассеялся, Маргарет обратилась к врачам. Ни одно обследование так и не смогло подтвердить рак молочной железы. Его будто бы никогда и не было.

### Участники эксперимента Роберта Форте

Историй о том, как аяваска исцеляет от неизлечимых болезней, полным-полно. Особенно в среде тех, кто интересуется амазонским шаманизмом. Но что из них правда и как сильно ее исказил «испорченный телефон»? Преподаватель психологии и истории религий Калифорнийского университета Роберт Форте тоже задался этим вопросом. И нашел на него ответ. Он решил сопровождать двух онкобольных пациентов на церемонию аяваски, а затем провести клинические исследования. Первый — 66-летний психиатр с раком предстательной железы. За 10 лет до эксперимента он уже проходил лечение и был уверен, что рак не вернется. Но онкомаркеры ПСА пошли в гору. Второй пациент — 50-летняя школьная учительница с карциномой яичника, уже успевшей пустить метастазы.

Добровольцы отправились в Перу на церемонию аяваски, которую проводил курандеро из племени ашанинка (кампа). Форте замерил показатели онкомаркеров до и после ритуала. Выяснилось, что они значительно снизились. Маркер рака

яичника CA-125 у онкобольной женщины и вовсе упал с 4000 до 600 единиц — в 6,7 раза! Это еще не говорило об устойчивой ремиссии, но для этих пациентов аяваска оказалась эффективнее химиотерапии. Получив сенсационные результаты, Роберт Форте углубился в изучение шаманских практик и сегодня известен как популяризатор и борец за легализацию психоделических средств.

### Участники эксперимента Жанин Шмид

В 2010 году группа ученых под руководством Жанин Шмид из Института медицинской психологии Гейдельбергского университета опубликовала результаты наблюдений за четырьмя онкобольными, прошедшими церемонию аяваски. Это были 59-летний мужчина с раком предстательной железы, 40-летняя женщина с карциномой эндометрия (раком матки), 36-летняя женщина с миомой матки (доброкачественной опухолью) и 43-летняя женщина с раком желудка. Все они утверждали, что аяваска изменила их жизни и оказала положительное влияние на здоровье, но последнее слово осталось за докторами.

Состояние мужчины с раком предстательной железы, согласно медицинской экспертизе, не изменилось. Женщине с миомой матки стало хуже, а пациентка с раком желудка сообщила о ремиссии, но отказалась проходить финальное обследование. Настоящей сенсацией стало состояние женщины с карциномой эндометрия. Опухоль будто бы растворилась, и врачи констатировали, что теперь она абсолютно здорова.

### Почему аяваска исцелила не всех подопытных?

Этот вопрос кажется неуместным. Из девяти описанных учеными случаев в двух произошло самое настоящее чудо — опухоль пропала! Еще трем пациентам аяваска даровала ре-

миссию, а двум — существенное снижение онкомаркеров. Она оказалась бесполезна только в двух случаях из девяти, то есть превзошла по эффективности каждый из методов лечения рака, доступных современной медицине. Уже этого должно быть достаточно, чтобы целые исследовательские институты денно и нощно пытались понять, как именно отвар из нескольких амазонских растений останавливает рост раковых клеток, а то и вовсе растворяет опухоль. За все время пандемия COVID-19 унесла жизни 5 млн людей, и это стало достаточным аргументом, чтобы весь мир судорожно хватался за каждую возможность изобрести вакцину. Рак ежегодно убивает вдвое больше, группа ученых публикует в авторитетных научных изданиях отчеты, подтверждающие эффективность аяваски против этой страшной болезни, и... всем плевать. Официальная наука и глазом не ведет. Разве это не кажется подозрительным?

И все же я вернусь к другому вопросу: если отвар из «лианы духов» так перепрошивает подсознание, что оно перестает убивать организм, то почему он не подействовал в двух из девяти описанных случаев? Я долго не мог этого понять. И сначала даже грешил на неумелых шаманов и неправильный настрой самих пациентов. Ведь всюду твердят, что если на церемонии голова забита чем-то другим, то участник не сможет ощутить предстоящий опыт во всей полноте. Один из самых известных исследователей психоделиков Тимоти Лири даже составил модель, согласно которой насыщенность опыта зависит от трех факторов: сета (настроя), сеттинга (обстановки) и действующего вещества. Притом, по Лири, первые два намного важнее третьего. Но все же не думаю, что двое из девяти смертельно больных, которым представился шанс на исцеление, витали в облаках, вместо того чтобы сосредоточиться на своих ощущениях. Дело в чем-то другом.

Начав детальнее изучать древние шаманские ритуалы, я понял, в чем именно. Свет не сошелся клином на аяваске.

Одни только коренные народы Амазонии издавна используют десятки растений-учителей, а шаманы в других уголках мира — еще и галлюциногенные грибы (прежде всего псилоцибиновые и мухоморы). Их воздействие схожее, но существенно различается. Аяваска и растения-учителя прежде всего очищают подсознание от накопившегося мусора, а в меньшей мере заполняют возникшие пробелы продуктивными установками. Грибы же в меньшей степени очищают, но в большей учат бесконечной мудрости природы. В том числе и обучают организм человека исцелять себя от любых болезней.

Выходит, кому-то больше подходит одно, а кому-то — другое? Возможно. Но я сделал иной вывод, и опыт подтвердил, что он оказался верным. Необходим комплексный подход к лечению. Нет нужды выбирать. Истинное исцеление даруется тем, кто готов пойти до конца. Познать все, что нам уготовано природой, Вселенной и, не побоюсь этого слова, Богом.

## Знакомство с растениями-учителями

Кто же они такие, эти «маэстро»? Как они выглядят в нашем мире, а главное, что представляют собой в духовном? На каком языке с ними говорить? Чего от них ждать? Как подготовиться к встрече? Список ваших вопросов можно продолжать практически бесконечно. Но ответы на многие из них вы получите лишь на своей первой церемонии. Потому что слова, как правило, бессильны, когда речь о столь высоких материях. И все же знакомьтесь!

Ayahuasca (*Banisteriopsis caapi*)

«Лиана духов», она же «лоза мертвых» и обладатель еще десятков имен. Пожалуй, самый почитаемый из «маэстро».

По крайней мере, единственный, кто облек свои намерения в целый манифест, который вы можете найти на просторах интернета. Сам себя он называет духом духов, поскольку существует на более высоких вибрациях. Это растение-учитель — ответ на все вопросы, которые могут у вас возникнуть. Именно поэтому «лоза мертвых» стала основным компонентом аяваски, а ее дух — главным покровителем вегеталистов Амазонии и всего мира.

### Chacruna (*Psychotria viridis* или *Diplopterys cabrerana*)

Дух этого «маэстро» связан сразу с двумя растениями: психотрией зеленой и чалипонгой. Название произошло от кечуанского «*chacruy*» — «смешивать». Ведь в составе аяваски чакруна налаживает связь между другими растениями-учителями. Она настолько любит компанию, что с ней наедине практически не диетируют. Еще одна причина ее «смешанного» названия в том, что это растение объединяет в себе силу женского и мужского начал. А самое главное, что именно чакруна в начале времен указала путь всем остальным «маэстро».

### Ajo Sacha (*Mansoa alliacea*)

Также известная как мансоа чесночная, или чесночная лиана. Этот «маэстро» открывает духовные каналы ученика и готовит к общению с наставниками более высокого ранга. Учит справляться с тяжелыми потрясениями и принимать сложные, а порой даже судьбоносные решения. Он закаляет волю, обостряет интуицию и придает уверенности в себе. Некоторым Ajo Sacha указывает путь, а некоторым помогает отыскать его самостоятельно.

## Ayahuma (*Couroupita guianensis*)

Курупита гвианская — обладатель десятка названий, самое яркое из которых — «дерево пушечных ядер». Это «маэстро», почитаемый не только в Амазонии, но и во многих странах Азии. Диетировать с ним рекомендуют лишь тем, кто уже имеет опыт общения с духами. Этот наставник учит эмпатии, позволяет взглянуть на жизнь под другим углом и найти свое место в мире. Он избавляет от тревожности, дарит покой и уверенность. А еще помогает создать мощную индивидуальную защиту от злых духов, именуемую арканой.

## Bobinsana (*Calliandra angustifolia*)

В быту это растение называют каллиандрой узколистной. Диетирование с ним позволяет возвыситься до более тонкого уровня восприятия мира вокруг себя. Этот «маэстро» общается с вами не через мозг, а через сердце. А является он в образе мудрого старца. Уверенного и полного внутренней энергии. Он дарит умиротворение и позволяет выйти за рамки традиционного познания. Учит чувствовать и сочувствовать. Под руководством этого наставника вы обязательно обретете гармонию с природой.

## Chiric Sanango (*Brunfelsia grandiflora*)

У брунфельсии крупноцветковой очень мягкий стиль обучения, поэтому именно она не только завсегдатай церемонии аяваски, но и становится первым учителем для многих ищущих просветления. Избавив человека от негативных эмоций, этот «маэстро» открывает его сердце. Сначала помогает осознать свои проблемы, а затем устраняет все барьеры на пути к цели. За свой образ мудрого седобородого старца он полу-

чил ласковое прозвище Дедушка Сананго. Подобно опытному учителю младших классов, этот наставник очень терпелив, но требует послушания.

### Mapacho (*Nicotiana rustica*)

Неизменный участник церемоний аяваски и рапэ — не что иное, как знакомая даже вам махорка. Попридержите свой презрительный скепсис! Растение, которое вы привыкли воспринимать как дешевую альтернативу табаку, на самом деле искусный мастер осознанных сновидений. Оно способно перераспределить энергетические потоки внутри вас, очистить от болезненной ауры и изгнать злых духов. После такой ментальной детоксикации вы обретете небывалую ясность мыслей, а также начнете видеть и понимать ранее скрытое от вас.

### Mucura (*Petiveria alliacea*)

Это так называемый колумбийский чеснок. Он же кубинский. Бесследно устраняет тревогу и дарит умиротворение. Изгоняет депрессию и возвращает к счастливой жизни. Придает уверенности и чувства собственного достоинства. Яркие сны, которые дарит этот «маэстро», работают лучше любого сеанса регрессотерапии. Какая бы проблема ни терзала вас, это растение-учитель вернет в ситуацию из прошлого, даст возможность все исправить и запустить новый сценарий своей жизни.

### Renaquilla (*Clusia rosea*)

Известная также как клузия розовая. Это растение-эпифит. То есть оно живет на других растениях. Здесь есть явный

символизм, ведь этот «маэстро» помогает обрести гармонию в отношениях с близкими людьми и природой. Чтобы вы создали новые прочные связи или восстановили нарушенные, *Clusia rosea* учит искреннему взаимопониманию и прощению. А еще одаряет чуткой интуицией, чтобы впредь вы не решали проблемы, а попросту не допускали их. Для этого наставник может даже перепрограммировать нейронную сеть.

### Тое (*Brugmansia suaveolens*)

Бругмансия — одно из пяти растений-учителей, необходимых для перехода курандеро на следующую ступень мастерства. Может служить компонентом аяваски. Этот наставник помогает им путешествовать между мирами, общаться с духами предков, обретать сакральные знания, предсказывать будущее и достигать истинного понимания самого себя. Дух Тое предстает в образе ягуара, орла или анаконды и делится откровениями лишь с самыми достойными представителями человечества. Диетирование с этим «маэстро» рекомендовано лишь самым опытным вегеталистам, ранее общавшимся с другими, менее суровыми духами.

### Una de Gato (*Uncaria tomentosa*)

Ункария опушенная, также известная как кошачий коготь. Мистический символизм присущ и этому «маэстро». Ведь «кошачье» название обусловлено не только шипами на самом растении, но и приемами, которым обучает этот наставник. Каждый, кто обращается к нему за помощью, получает силу короля амазонских джунглей — ягуара. Una de Gato устраняет ментальный дисбаланс и одаряет целеустремленностью хищника, позволяющей непременно добиться любой поставленной цели.

## Wachuma (*Echinopsis pachanoi*)

Кактус San Pedro, названный в честь Святого Петра, благодарные ученики нарекли мудрым дедушкой. Кто открывает ему сердце, тот исцеляет душу и разум. Понимает истину о себе и человеческой природе. Осознает, как устроен этот мир и как взаимодействуют между собой грани реальности. Достигает искусство искренней любви. Преодолевает сомнения и страхи. Налаживает отношения с окружающими. Грамотно распределяет энергетические потоки. Ломает навязанные стереотипы и находит свое призвание. Словом, наконец начинает жить, а не существовать.

## Peyote (*Lophophora williamsii*)

Пейот — еще один кактус-учитель. Его дух является в образе огненного оленя каждому, кто хочет узнать причины своего несчастья и правду об окружающем мире. Этот «маэстро» согревает и воодушевляет. Помогает раскрыть и осознать свой истинный потенциал, чтобы после церемонии кардинально изменить жизнь к лучшему. Под его руководством ученик совершает увлекательное путешествие в параллельный мир, но главной целью этого невероятного турне всегда остается возможность заглянуть вглубь себя.

Эти 13 растений-учителей — лишь самые почитаемые из великого сонма «маэстро». Обыватель не может даже представить их духовную мощь. Только лично соприкоснувшись с древними таинствами, можно хотя бы частично осознать эту безграничную силу и, что самое главное, ощутить ее воздействие. А пока что вы даже не жили, а имитировали осмысленное существование. Отвергали «глупые суеверия», но тем самым лишь демонстрировали степень своего невежества.

Но все изменится после первой церемонии. Тогда вы поймете по-настоящему, что значит быть достойным высокого звания человека.

## Гриб как лекарство

Ожидать от энтеогенных грибов того же эффекта, что и от аяваски, может разве что совершенно далекий от вегеталистских церемоний человек. Или же собравшийся употреблять их в рекреационных целях. Казалось бы, и те и другие способны даровать просветление и исцеление. Но есть нюансы. И лучше всего их продемонстрирует пример. Терапевт может диагностировать вашу проблему и даже прописать правильное лечение. И все же налаживать работу кишечника вы идете к гастроэнтерологу, лечить сыпь — к дерматологу, а восстанавливать остроту зрения — к окулисту. Потому что у них есть специализация, а шанс на выздоровление в этом случае выше, верно? Примерно так же обстоят дела с растениями-учителями и грибами-учителями. Несмотря на приятные исключения, первые прежде всего выявляют болезни, а вторые лечат.

Еще одно важное отличие касается непосредственно лечения рака. Аяваска устраняет причины онкозаболеваний на уровне подсознания, а содержащиеся в ее компонентах вещества — еще и на физиологическом. С грибами все иначе, у них эти обязанности разделены. «Маэстро» отвечают за исцеление исключительно на ментальном уровне. Есть и другие грибы, оставшиеся за рамками вегеталистских церемоний, но заинтересовавшие ученых содержанием тех или иных веществ, позволяющих бороться с раком. Разумеется, лечить первопричину на порядок важнее, чем устранять последствия. И все же вам следует узнать обо всех аспектах лечения грибами. Тем более что они способны побеждать не только онкозаболевания.

## Ешьте на здоровье

Если вы до сих пор пребываете в плену заблуждений об опасных грибах, которые только и ждут, чтобы отравить вас, то самое время вырваться из него. Да, несчастные случаи с любителями «тихой охоты», неспособными отличить шампиньон от бледной поганки, всегда случались и будут случаться. Но это отнюдь не повод обзаводиться еще одной фобией и, например, объявлять красный мухомор ядовитым. Большинство грибов на нашей планете не только съедобны (как минимум после правильной обработки), но и полезны для здоровья. Ведь они:

☑ *Укрепляют иммунитет.* Именно грибам человечество обязано такими антибиотиками, как пенициллин, тетрациклин и стрептомицин. Стоит ли удивляться, что и сами они довольно эффективно борются с вредоносными микроорганизмами, в том числе с мультирезистентными штаммами бактерий? Различные виды грибов также обладают противовирусным, противоаллергическим, противоопухолевым, гипогликемическим (противодиабетическим) и гепатопротекторным эффектами. Следовательно, они способны реагировать на угрозы практически для любой системы организма.

☑ *Защищают сердечно-сосудистую систему.* Стирол, содержащийся в грибах, препятствует выработке «плохого» холестерина и способствуют производству «хорошего» — липопротеинов высокой плотности. Фитонутриенты, в свою очередь, не позволяют этим клеткам скапливаться на стенках сосудов и образовывать бляшки. Сами же сосуды не утрачивают своей эластичности. Кровяное давление нормализуется, а циркуляция крови улучшается. Все это в совокупности значительно снижает риск возникновения сердечно-сосудистых недугов.

☑ *Стимулируют работу мозга.* Естественные адаптогены защищают его от стресса и других негативных воздействий. Прежде всего за счет нормализации уровня кортизола. Таким

образом, грибы позволяют не тратить ресурсы мозга на борьбу с проблемами, а направлять их в нужное русло. Кроме того, регулярное употребление грибов в пищу положительно влияет на когнитивные функции и препятствует возникновению возрастных нейродегенеративных недугов.

☑ *Укрепляют скелет.* Нет, грибы не содержат кальция. Зато богаты витамином D, без которого организм попросту не способен усваивать этот самый кальций. Если оба будут в недостатке, сможете рассчитывать на повышение минеральной плотности костей и, соответственно, снижение риска пострадать от переломов и трещин. А ведь нехватка кальция в организме — это не только остеопороз, но также мышечные судороги, сухость кожи, нарушение чувствительности пальцев, бессонница, хроническая усталость и депрессия. Так что не скелетом единым.

☑ *Обеспечивают энергией.* В грибах содержится внушительное количество витаминов группы B. Прежде всего B2, без которого не обходится ни одна обменная реакция в организме, и B3, способствующий синтезу белков и жиров. Это залог не только высокого жизненного тонуса, но и активной работы медиаторной системы головного мозга, полноценного обмена веществ, а также отсутствия проблем с надпочечниками и щитовидной железой.

Продолжать можно еще долго, но хватит разговоров о грибах в целом. Пора познакомиться с теми, которые призваны не просто поддержать ваш иммунитет и побороть рядовые болезни, а избавить вас от страшной из них.

### Чага: враг березы и друг человека

У *Inonotus obliquus* много имен: березовый гриб, чага конк, зольный конк, клинкерный полип, березовый полип и, конечно же, чага. Растущий преимущественно на березах, этот трутовый гриб порождает древесный нарост (конк) и поглощает

питательные вещества из своего «хозяина». Для человека же он совершенно безвреден и даже полезен, поскольку выступает мощным антиоксидантом. Противодействуя окислению жидкостей организма, такие вещества существенно снижают вероятность мутаций, в том числе онкологических. Чага совершенно не токсична для нормальных клеток, зато активно подавляет рост раковых. Основные действующие вещества таковы:

- ☑ бетулин и бетулиновая кислота;
- ☑ флавоноиды;
- ☑ терпеноиды;
- ☑ протокатеховая кислота;
- ☑ ванильная кислота;
- ☑ перекись эргостерола;
- ☑ полисахариды;
- ☑ инооблины, феллигридины и другие полифенолы.

Медицинское сообщество не могло обойти стороной этот феномен, а потому проводит одно исследование за другим. Особенно в странах Азии, где березовый гриб давно стал частью традиционной медицины. Чага уже проявила себя в борьбе со многими онкологическими недугами:

☑ *Рак толстой кишки*. В корейском Национальном университете Конджу в сотрудничестве с Adbiotech Co. Ltd исследователи проводили эксперименты по воздействию этанольного экстракта чаги на раковые клетки HT-29 и наблюдали замедление их роста. Этот же эффект отметили их коллеги из Университета Тэгу, использовавшие водный экстракт гриба. В обоих случаях речь об экспериментах *in vitro* (в пробирке). «Сборная» университетов Гачон, Чанг-Анг, Тэджон, Центрального университета Харисингха Гура, Института Каннына и Национального онкологического центра Коян-си пошли дальше и провели эксперименты на мышах. В ходе этого исследования обнаружилось, что пероксид эргостерола способен подавлять распространение патогенных клеток.

☑ *Рак шейки матки.* За это исследование стоит благодарить ученых из китайского Медицинского колледжа Цзилинь. Они выделили из чаги инотодиол — тритерпеноид (кислотосодержащее органическое соединение) и применили его в отношении клеток HeLa, пребывавших *in vitro*. Воздействие существенно замедлило пролиферацию (разрастание) патогенных тканей.

☑ *Аденокарцинома легкого.* Возвращаемся в Корею, но теперь в университет Сунгюнван. Тамошние исследователи не уточняют, о каких именно веществах, содержащихся в чаге, идет речь, но утверждают, что эти компоненты запускают апоптоз (программируемую гибель) клеток аденокарциномы легких. Со сдержанным оптимизмом ученые ждут разрешения проводить подобные исследования на пациентах.

☑ *Рак печени.* Снова Корея, а именно медицинская школа Университета Вонкванг. Целью исследователей были клетки HerG2 и Her3B, а инструментом — водный экстракт чаги. Содержащиеся в грибе компоненты подавляли рост раковых клеток, но лишь дозозависимым образом (в зависимости от концентрации наблюдалось прогнозируемое усиление эффекта). Кроме того, экстракт вызывал еще и апоптоз патогенных клеток.

☑ *Меланома.* В этом же университете экспериментировали с тем же экстрактом и раковыми клетками кожи B16-F10. Причем как *in vitro*, так и *in vivo* (в живом организме). Результат тот же — замедление пролиферации и апоптоз проблемных клеток.

☑ *Саркома.* Корея, национальный университет Кангвон. Исследователи вооружились экстрагированными из чаги инотодиолом и ланостеролом, чтобы провести эксперимент над раковыми клетками саркомы-180 *in vivo* и *in vitro*. Ежедневные дозы 0,1 и 0,2 мг на одну мышь сократили размер опухолей на 24 и 33,7% соответственно. В пробирке также на-

блюдалась результативная цитотоксическая активность в отношении патологических клеток.

▣ *Рак молочной железы и простаты.* Ученые из китайского Тяньцзиньского университета доказали цитотоксическое воздействие этилацетатных фракций чаги на клетки MDA-MB-231 (карциномы молочной железы) и PC3 (карциномы предстательной железы). Прежде всего это заслуга экстрагированных из гриба траметеноловой кислоты, пероксида эргостерола и эргостерина, также продемонстрировавших противовоспалительный эффект.

Экспериментальные исследования, в которых участвовали люди, тоже обернулись интересными результатами. Больные, употреблявшие чагу, чувствовали себя лучше, чем их братья по несчастью, страдавшие от рака той же стадии и с такой же локализацией, а также получавшие то же симптоматическое лечение. К пациентам возвращались сон и аппетит, повышался жизненный тонус. А самое главное, рост опухолей у них существенно замедлялся в течение нескольких месяцев и уходили связанные с ними боли.

Электроэнцефалограммы продемонстрировали, что у онкобольных чага стимулирует функции ослабленных нейронов коры головного мозга. Происходит повышение вольтажа альфа-ритма (естественных спонтанных биотоков коры) и исчезновение явно выраженного дельта-ритма во время бодрствования (он допустим только во время сна). Между тем корковые нейроны лучше удерживают собственные ритмы и осваивают более высокие. Таким образом, мозг возвращается к прежнему состоянию. В то же время чага активизирует работу ферментных систем. Это залог нормализации метаболизма и создания более благоприятных условий для работы организма в целом и нервной системы в частности.

Разумеется, не обошлось в ученом лагере и без скептиков. Самые ярые из них утверждают, что чага вовсе не лечит рак,

а то облегчение, которое испытывают больные даже на последних стадиях, обусловлено обезболивающими свойствами гриба. Зафиксированные же случаи исцеления — то самое исключение, что лишь подтверждает правило. Более сдержанные скептики считают, что чага способна остановить рост опухолевых образований и даже спровоцировать его деградацию, но лишь на начальных этапах развития. Даже категорически настроенные исследователи, как правило, признают в чаге эффективное профилактическое средство ввиду ее антиоксидантных свойств.

### Шиитакэ: союзник с Востока

*Lentinula edodes* активно использовали как лекарство в Японии и Китае еще до нашей эры. Китайцы даже прозвали его императорским грибом. Японцы подошли к наименованию более прозаично: в переводе «шиитакэ» означает «гриб, растущий на каштане». Хотя на самом деле он растет также на ольхе, дубе, грабе, клене и других деревьях. Этот гриб издавна считался источником жизненной силы и долголетия. Он и впрямь оказался почти что панацеей, поскольку помогает бороться с гипертонией и атеросклерозом, снижает уровень холестерина, ускоряет восстановление после инсульта и инфаркта, а также противодействует многим вирусам.

Использовать шиитакэ в борьбе с онкологическими недугами человечество додумалось как минимум в XIV веке. Именно тогда китайский лекарь Ру Вуи написал трактат о лечении твердых опухолей, включавший подробные рецепты по приготовлению отваров и рекомендации по их применению. Главным популяризатором чудодейственного гриба в современном мире стал доктор Тетсуо Икекава из токийского Университета Пурдуэ. В 1969-м он провел серию экспериментов на мышах. Исследователь ввел грызунам опухолевые клетки

саркомы, после чего у тех начали активно развиваться злокачественные образования. Затем вместо воды подопытные пили отвар из шиитаке. В 81 % случаев доктор Икекава наблюдал положительный эффект. У 22 % мышей опухоли прекратили расти или уменьшились, а у 59 % полностью рассосались.

Разумеется, Икекава задался целью понять этот механизм противодействия опухолям. Среди многочисленных веществ, содержащихся в грибе, ученый обратил внимание на самый активный полисахарид. Им оказался неизвестный до того бета-дельта-глюкан, получивший от своего первооткрывателя название «лентинан». У Икекавы нашлось немало последователей, прежде всего в азиатских странах. Поэтому сегодня в Китае, Японии, Южной Корее, Вьетнаме, Индии, Сингапуре и многих других государствах шиитаке давно перестал быть инструментом народных целителей, послужив основой для инновационных противоопухолевых препаратов.

Более поздние исследования выявили, что лентинан — не единственный боец с раком в составе шиитаке. Этой же миссии служат полисахариды эмитанин и KS-2. Комплексное воздействие всех этих компонентов стимулирует иммунитет, прежде всего активируя трудящихся внутри организма «киллеров» — НК-клетки и Т-лимфоциты. Параллельно происходит восстановление крови благодаря аминокислотам, а также витаминам групп В и D. А витамин D3 регулирует клеточную пролиферацию, усиливает действие цитостатических (противоопухолевых) препаратов, продлевает терапевтический эффект и минимизирует негативные последствия химиотерапии. А его активный метаболит — кальцитриол — замедляет развитие опухолей.

И все же основную часть работы берет на себя именно лентинан. Он способен избавить пациента от опухолей, хотя сам не атакует их. Впрочем, возможно, как раз-таки поэтому он столь эффективен. Ведь лентинан просто помогает произойти

тому, что должно произойти. Он стимулирует естественные иммунные функции человеческого тела и позволяет ему разобраться с врагом своими силами. Или же, если организм не справляется, бета-дельта-глюкан усиливает эффект от препаратов. То есть лентинан находит источник проблемы и указывает на нее клеткам-киллерам или их искусственным аналогам, которые без такой помощи могут просто имитировать бурную деятельность.

Содержащиеся в шиитаке полисахариды не только стимулируют положительные процессы, но и минимизируют побочные эффекты. Так, в Японии экстракт из этого гриба назначают пациентам, проходящим химиотерапию. Агрессивные препараты подавляют иммунитет до критической отметки, что может привести к фатальным последствиям. Шиитаке активно восстанавливает иммунные функции даже в таких жестких условиях, тем самым обеспечивая более комфортную жизнь больным и повышая их шансы на выживание.

Разумеется, у скептиков есть претензии и к целебным способностям императорского гриба. Но они касаются лишь степени влияния лентинана и других полисахаридов на процесс выздоровления. Положительный эффект никто оспаривать не берется. Потому что глупо оспаривать защитные функции иммунитета. А вы уже наверняка поняли: шиитаке, действующий естественные механизмы исцеления, пытается на физиологическом уровне делать то, что делают его старшие коллеги «маэстро» на духовном. Правда, куда менее эффективно.

## Ежовик гребенчатый

За свою необычную форму *Hericium erinaceus* получил много колоритных прозвищ: «дедова борода», «львиная грива», «грибная лапша» и «обезьянья голова». Добавьте к этому менее броские Пом-Пом, ямабушитаке и гериций. Как и шии-

также, этот гриб растет на живых и мертвых деревьях — на местах обломанных веток или разломов коры. Особенно любит дуб, бук и березу. Не только народная медицина, но и ученые по всему миру доказывают целебные свойства гериция. Этот гриб оказался мастером на все руки, поскольку способен приостанавливать нейродегенеративные заболевания, снижает риск инсульта, налаживает работу пищеварительного тракта, обладает противовоспалительным эффектом, выступает в качестве антиоксиданта, нормализует уровень глюкозы в крови и укрепляет иммунитет.

В борьбе с онкологическими заболеваниями ежовик гребенчатый также оказался специалистом широкого профиля. Он эффективен против рака легких, желудка, молочной железы, печени, шейки матки, толстой кишки, а также лейкемии. Первым ученым, заинтересовавшимся этими свойствами гериция, стал японский доктор Такаси Мицуно из университета Сидзуока. В своей статье он выделил несколько веществ, претендующих на звание борцов с раком. В ежовике содержится пять разновидностей полисахаридов, способных мобилизовать иммунную систему на борьбу с опухолью. Тот же эффект оказывают жирные кислоты. Ну а непосредственно противоопухолевыми свойствами обладает герицинон, действующий по аналогии с химиотерапией, но без свойственных ей побочных эффектов. Это стало залогом успешного противодействия раку печени, желудка, пищевода и, что особенно важно, поджелудочной железы. Ведь этот тип рака официальная наука пока что считает практически неизлечимым.

Ежовик гребенчатый вызвал интерес не только у Такаси Мицуно, но и у его коллег по всему миру. Их стараниями проведено множество исследований и получены интересные результаты:

☑ Ученые из Института традиционной китайской медицины выяснили, что этот гриб способствует производству

В- и Т-лимфоцитов, призванных уничтожить бактерии, вирусы и патогенные клетки. Эксперименты продемонстрировали, что уже упомянутые полисахариды удвоили скорость развития лимфоцитов и утроили их количество по сравнению со стандартным.

☑ Изучать потенциал ежовика взялись и ученые из Института органической химии им. Н. Д. Зелинского и ГУ НИИ по изысканию новых антибиотиков им. Г. Ф. Гаузе РАМН. Они прививали мышам два типа опухолей (Т-клеточный лимфолейкоз Р388 и Т-лимфому EL-4), а затем поили их водным экстрактом гериция. После 18 суток эксперимента выжило 70 % подопытных, тогда как в контрольной группе — только 30 %. Таким образом, было получено подтверждение самостоятельного противоопухолевого действия этого гриба.

☑ А вот исследователи с факультета биоинженерии и технологий южнокорейского Университета Канвон изучали сам гериций. Вернее, его водный и спиртовой экстракты. опыты продемонстрировали, что содержащиеся в этом грибе вещества способны активировать макрофаги (клетки, которые захватывают и переваривают бактерии), а также цитокины (молекулы-регуляторы межклеточных и межсистемных взаимодействий) ФНО-альфа и ИЛ-1.

☑ Их японские коллеги из Kyoritsu Pharmaceutical Industry Co проводили опыты на мышах. Пересадив им клетки саркомы, исследователи поили грызунов экстрактом гериция. По истечении 14 дней опухоли были вырезаны и взвешены. Оказалось, что злокачественные образования значительно уменьшились в объеме или как минимум прекратили расти. В данном случае ученые выдвинули гипотезу, что гриб воздействует на опухоль опосредованно, активируя иммунные процессы в организме.

☑ Еще одно исследование за авторством южнокорейских врачей касается распространения метастазов. В данном случае

из толстого кишечника в легкие. Лабораторные крысы, регулярно употреблявшие водный или спиртовой экстракт ежевика, смогли прожить дольше других. Развитие метастазов в легких замедлилось по меньшей мере на 66 %. А ведь речь о последней — четвертой — стадии рака.

Таким образом, в распоряжении ученых есть интересные результаты, но не их объяснение. Гипотезы выглядят правдоподобно, разве что одни прямо противоречат другим. Главный вопрос, на который предстоит ответить исследователям, — борется ли ежевик с опухолями напрямую, опосредованно с помощью иммунной системы или же обоими способами одновременно. Без четкого понимания этого механизма можно рассчитывать лишь на случайные исцеления, ведь речь о проблеме, которая не прощает ошибок и надежды на авось.

То же самое можно сказать в целом о ситуации с грибами, способными исцелять на физиологическом уровне. Пока что вопросов намного больше, чем ответов. Но даже не это самая главная проблема. И чага, и шиитакэ, и ежевик, и другие целебные грибы отличаются от фармпрепаратов, но схожи с ними в главном — они борются со следствиями, а не с причиной. Истинное исцеление лежит в иной плоскости. И за него отвечают не просто грибы, а древние «маэстро», хранящие в себе тысячелетнюю мудрость.

## Красная шляпка и красочные трипы

Среди грибов-учителей нашлось место многим экзотическим представителям этого царства. Вместе с тем среди них немало вполне привычных вашему уху названий. Вы можете ничего не знать о псилоцибиновых грибах, но множество раз слышали о мухоморе и наверняка даже видели его вживую. Остается лишь удивляться, как мало правды вы знаете о сво-

ем почти соседу и как много глупых мифов о нем считаете фактами. Ведь мухомор, согласно мнению обывателя, и ядовит, и превращал древних викингов в яростных берсеркеров, и вообще повинен во многих бедах человечества. Что уж говорить о каких-то неведомых псилоцибиновых грибах, которые наверняка еще опасней, не так ли? Надеюсь, к этому моменту вы привыкли мне доверять, а потому ждете разрушения стереотипов и рассказа о реальном положении дел.

Разумеется, эти грибы точно так же стали предметом исследований, как и шиитакэ, ежовик и чага. Ученых не мог не заинтересовать феномен галлюциногенных грибов, сопровождавших человеческую цивилизацию на протяжении веков и даровавших мистический опыт. Убежденные прагматики не ищут в древних ритуалах чудесных аспектов. В их компетенции — психоделические вещества, погружающие в состояние измененного сознания. А еще морфологический, физиологический, географический, экологический и генетический критерии, позволяющие приоткрыть завесу тайны с неожиданной стороны. Давайте приоткроем ее и мы.

Кстати, заголовок этой главы отчасти вам врет. Вернее, я слукавил и привлек ваше внимание с помощью банального стереотипа. Не все мухоморы могут похвастать той самой красной шляпкой, которую вы видели на страницах учебников и детских книг, в мультфильмах и научно-популярных передачах. Их внешность очень разнообразна, а содержание психоактивных веществ и способ их воздействия на человеческий организм — тем более. Среди них есть как матерые проводники по психоделическим тропинкам, так и скорее просто съедобные, нежели галлюциногенные грибы. Нас, разумеется, интересуют первые. Давайте познакомимся с пятеркой самых ярких представителей этой группы.

Но сначала нужно распрощаться с еще одним, куда более вредным мифом. Скорее всего, вас сейчас терзает вопрос:

«Стоит ли рисковать и употреблять в каких бы то ни было целях ядовитые грибы?» Ядовитые определенно не стоит. А вот мухомор можете употреблять смело. Ведь он, вопреки своему названию, не травит даже мух, не говоря уже о человеке. Вернее, он нередко убивает этих насекомых, но опосредованно. У зрелого мухомора, как правило, вогнутая шляпка. В ней скапливается дождевая вода, в которой активно растворяются алкалоиды. Напившись такой настойки, мухи быстро пьянеют, засыпают и тонут в воде. Но стоит насекомому заснуть «на суше» — и через 10–12 часов оно придет в себя и продолжит жить как ни в чем не бывало. Летальные случаи передозировки людей мухоморами можно пересчитать по пальцам, а ведь профильные организации ведут статистику на протяжении десятилетий. Кроме того, прокипятив мухомор несколько раз и слив отвар, его можно превратить в обычный съедобный гриб, причем довольно вкусный.

### Мухомор красный (*Amanita muscaria*)

Тот самый гриб, что рисует воображение, когда вы слышите слово «мухомор». Он — самый известный представитель своего рода. Его вы можете встретить на всех континентах, за исключением, разумеется, Антарктиды. В зависимости от сезона и региона состав психоактивных веществ может существенно отличаться, но, как правило, для проявления микотропинового синдрома достаточно одной шляпки, в среднем содержащей 30–60 мг иботеновой кислоты и 6 мг мусцимола.

В процессе трипа человек обычно проходит три стадии. Первая сопровождается приятным возбуждением, повышением настроения и даже увеличением физической силы. Вторая — визуальными и аудиальными искажениями, не мешающими осознавать себя и адекватно реагировать на происходящее вокруг. И лишь на третьей стадии наступает состо-

яние измененного сознания, погружение в иллюзорный мир и временная утрата связи с реальностью.

Шляпка красного мухомора может вырастать до 20 см в диаметре, со временем превращаясь из почти шаровидной в плоско-округлую, а затем в распростертую. Несмотря на название гриба, она может быть и оранжевой, и даже желтой. Светлые хлопья присутствуют далеко не всегда, поскольку у старых экземпляров они нередко смыты дождями. Зато у зрелых грибов явно выражены полосы по краям. Белые пластинки со временем желтеют. Ножка тоже белая или желтоватая. Длина — от 10 до 20 см. У основания есть клубневидное утолщение, покрытое хлопьевидными бородавками. Кольцо белое с желтоватым краем. Обитает мухомор и в лиственных, и в хвойных лесах. Плодоносит с июня по октябрь.

### Мухомор королевский (*Amanita regalis*)

Обитает преимущественно на северо-востоке Европы, но встречается и на других концах света. Например, на Аляске и в Корее. В отличие от многих своих родственников, этот мухомор содержит только мусцимол и иботеновую кислоту. Мускарин же не присутствует даже в следовых количествах. Зато этот гриб склонен к накоплению солей тяжелых металлов. Особенно ванадия. Содержание этого вещества в королевском мухоморе в десятки раз выше, чем в других грибах. Концентрация психоделиков, как правило, больше, чем у мухомора красного. Трип сопровождается нервным возбуждением и яркими галлюцинациями.

Размер шаровидной шляпки может варьироваться в пределах от 5 до 25 см. Впрочем, чем больше она становится, тем более распростертую форму приобретает. Оттенки колеблются от желто-охряного до коричневого. Бородавчатые хлопья

белые или желтоватые. Белые частые широкие пластинки по мере роста желтеют. Ножка может достигать 25 см в высоту, эволюционируя из клубневидной в стройную с клубневидным основанием. Коричневую поверхность покрывает белый войлочный налет. У тонкого белого кольца край окрашен в желтый или коричневый. Гриб отлично уживается и с хвойными, и с лиственными породами деревьев. Плодоносит с июля по октябрь.

### Мухомор пантерный (*Amanita pantherina*)

Обитает в странах Северного полушария, где царит умеренный климат. Примечателен своим набором действующих веществ. Это не только иботеновая кислота, мусцимол, буфотенин и мускарин, характерные для большинства грибов этого рода. Он содержит также гиосциамин и скополамин — тропановые алкалоиды, которыми богата черная белена. Такая комбинация делает мухомор пантерный в 3–4 раза более мощным психоделиком, чем мухомор красный. За это микологи описали картину его воздействия на организм как отдельный — пантериновый — синдром. Впрочем, правильно рассчитанная доза вызывает традиционные эффекты: возбуждение, галлюцинации и эйфорию.

Диаметр шляпки — от 7 до 12 см. За время созревания она проходит путь от округло-выпуклой до полураспростертой с небольшим углублением по центру. Может быть темно- или светло-коричневой с оливковым или серым оттенком. Бородавки мелкие белые. Пластинки тоже белые, расширяющиеся к краю шляпки. Когда погода влажная, она покрывается слизью, а когда сухо, становится сухой и блестящей. Ножка вырастает до 10 см. У основания она утолщается, а к верху сужается. Кольцо тонкое, белое, повисающее. Отличительная черта этого гриба — воротничковая вольва у основания. Мухомор пантер-

ный селится и на лиственных, и на хвойных породах, но его фавориты — дуб и сосна. Плодоносит с июля по октябрь.

### Мухомор порфиновый (*Amanita porphyria*)

Известный еще и как мухомор серый, он произрастает преимущественно в северных регионах Европы, но встречается также в Японии и США. Содержит внушительный набор токсинов, но в малой концентрации. Поэтому, например, в Стране восходящего солнца считается просто съедобным грибом. В его составе можно найти и буфотенин, и ДМТ, но не внушительное количество иботеновой кислоты и мусцимола. Поэтому его действие обусловлено не микоатропиновым, а псилоцибиновым, тропановым или даже буфотениновым синдромом.

Яйцевидно-колокольчатая выпуклая шляпка со временем становится плоской, достигая от 4 до 10 см в диаметре. Серовато-коричневая, она порой приобретает пурпурный оттенок. Хлопья белые или фиолетовые. Белые тонкие мягкие пластинки расположены довольно часто. Длина ножки составляет от 7 до 13 см. В целом она цилиндрической формы, но у основания есть утолщение. Цвет — белый либо сероватый. Кольцо из белого либо желтоватого со временем превращается в серое с фиолетовым отливом. Обитает гриб в хвойных лесах, но изредка селится на березах. Как правило, эти мухоморы растут по одиночке, но бывают и исключения в виде союза из 2–3 штук. Плодоносит с июля по октябрь.

### Мухомор поганковидный (*Amanita citrina*)

Этот гриб встречается и в Евразии, и в Северной Америке, и в Африке, и в Австралии. Как и порфиновый, такой мухомор содержит прежде всего психотропные вещества триптамино-

вого ряда. Наряду с ДМТ и буфотенином это альфа-аманитин и фаллоидин. Малая концентрация галлюциногенных веществ делает его совершенно безобидным даже для новичков. Опасность заключается в другом — в схожести этого гриба с печально известной бледной поганкой. Впрочем, опытные грибники различают их без особых проблем.

У молодых плодовых тел шляпка полусферическая, а у зрелых — почти плоская. Палитра варьируется от желтовато-зеленоватой до практически белой. Бородавки светлые, желто-коричневые. Пластинки светло-желтые, по краям цвет более насыщенный. Существует и более редкая — серая — разновидность этого гриба. Ножка вырастает до 12 см и в процессе становится полой. Может быть белой или желтоватой с клубневидным утолщением у основания. Вольва почти не выражена, зато есть характерная бороздка, опоясывающая ножку. Есть и мелкожелобчатое кольцо. Гриб обитает в лесах. Любит бедные кислые почвы, что, впрочем, не мешает ему активно разрастаться. Образует микоризу (симбиоз с корнями) с сосной, елью, березой и дубом. Плодоносит с июля по октябрь.

Эта пятерка — лишь малая часть внушительной мухоморной семьи. Опытные завсегдатаи ретритов могут назвать и других ее ярких представителей. А могут и не назвать, поскольку всеми своими многочисленными трипами обязаны, например, одному лишь мухомору красному. Дело ведь не в количестве учителей, а в их способности даровать знания и откровения. А уж с этим проблем нет ни у одного из перечисленных грибов-учителей. Скорее всего, уже первая церемония позволит вам узреть истину о себе и окружающем мире. Этого будет достаточно, чтобы начать жить по-настоящему и запустить процесс выздоровления. А может, вы захотите продолжить обучение, ведь мудрость Вселенной бесконечна и постигать ее тайны — самое интересное из всех возможных занятий.

## Главные звезды псилоцибиновых трипов

Название «псилоцибиновые грибы» объединяет множество различных видов. Прежде всего это представители рода *Psilocybe*. Но псилоцибин, псилоцин и другие родственные им алкалоиды встречаются также в грибах родов *Agrocybe*, *Conocybe*, *Inocybe*, *Gymnopilus*, *Мусена* и *Panaeolus*. Пришло время познакомиться с самыми яркими представителями псилоцибиновой семьи.

### Панэолус каемчатый (*Panaeolus cinctulus*)

Один из самых известных и распространенных галлюциногенных грибов, произрастающий на всех обитаемых континентах. Концентрация псилоцибина и беоцистина умеренная, а токсичный псилоцин в составе и вовсе отсутствует, поэтому трипы получаются довольно мягкими и непродолжительными. Отличается длительным сроком хранения. Разрешен для сбора в США и Канаде, а в Нидерландах его и вовсе активно выращивают.

Диаметр шляпки — от 1,5 до 5 см. У молодых грибов она в форме полусферы, у зрелых — более плоская. Частые пластинки изначально светлые, но со временем темнеют (края и вовсе становятся черными). Длина ножки — от 2 до 10 см. Она полая, ровная, а в верхней части — продольно-полосатая. Основание синее, окруженное мицелием. Растет на кучах компоста и хорошо удобренной навозом почве. Как группами, так и по одиночке. Обильный рост начинается после дождей. Плодоносит с мая по сентябрь.

### Фолиотина синеющая (*Pholiotina cyanopus*)

Этот гриб обитает в умеренной зоне Европы, США и Южной Сибири. Предпочитает открытую местность, но порой

произрастает и в не слишком густых лесах. Концентрация псилоцибина может достигать 1,2%, беоцистина — 0,2%, а псилоцина — 0,17%. Это позволяет рассчитывать на классический трип средней продолжительности после употребления 1–2 г сушеных или же 40–50 г свежих грибов.

Шляпка диаметром 0,7–2,5 см может быть в форме полушария, но с возрастом обычно становится ширококолокольчатой. Цвет эволюционирует из кремового в ржаво-коричневый с мелкими белыми хлопьями. Ножка цилиндрическая, расширенная у основания, шелковисто-волокнистая. Длина — 2–4 см. Цвет белый, за исключением сине-зеленой нижней части. Плодоносит с июля по октябрь. Благодаря склероциям (защищенным подземным клубенькам) может подолгу пережидать неблагоприятные погодные условия.

### Гимнопилус юноны (*Gymnopilus junonius*)

Ареал произрастания довольно широк. По крайней мере вы можете встретить его в любой точке России. Этот гриб примечателен тем, что в нем наряду с псилоцибином также содержатся стерил-пироны, схожие с действующими веществами перца опьяняющего (кава-кава). Растущие в европейской части континента гимнопилусы содержат меньше алкалоидов, чем их сородичи из дальневосточных регионов. А порой и вовсе не содержат.

Размеры шляпки колеблются в пределах 2,5–15 см. Полушаровидная форма сменяется распростертой с бугорком в центре. И сама шляпка, и пластинки могут быть желтыми, оранжевыми, охристыми и даже бурыми. Ножка может вырастать от 3 до 20 см. У основания или в середине есть утолщение. Особая примета — волокнисто-пленчатое кольцо желто-коричневого оттенка. Произрастает гриб на остатках деревьев как обособленно, так и большими колониями. Период плодоношения — с июля по ноябрь.

## Волоконница сине-зеленая (*Inocybe aeruginascens*)

Поначалу ученые считали, что этот обитатель Старого и Нового Света содержит исключительно мускарин (на самом деле его в грибе нет), и лишь насыщенный психоделический опыт подтолкнул их к поиску псилоцибина в его составе. Оказалось, что волоконница богата этим веществом, а впоследствии были также обнаружены беоцистин, триптофан и эругинасцин. Трип сопровождается яркими галлюцинациями, пространственными иллюзиями, внетелесными переживаниями и чувством эйфории. Последнюю считают заслугой как раз-таки эругинасцина.

Конически-колокольчатая шляпка по мере роста становится распростертой с неровным краем и бугорком посередине. Может быть как желтой, так и ржавой, коричневой и даже зеленоватой. Палитра пластинок — от бледного до бурого с оттенками охристого и оливкового. Диаметр — от 1 до 4,5 см. Ровная волокнистая ножка вырастает до 7 см. Изначально кремово-белая, она становится охристой с сине-зеленым основанием. Волоконница любит влажные песчаные почвы лиственных лесов, парков и садов. Плодоносит с июня по октябрь.

## Псилоцибе полуланцетовидная (*Psilocybe semilanceata*)

Еще один гриб-космополит, покоровший умеренные и субарктические просторы Северного полушария и даже успешный начать экспансию в Южную Америку, Индию и далекую Австралию. Неудивительно, что он снискал популярность по всему миру. Тем более что «коктейль» из псилоцибина, псилоцина, норбеоцистина, беоцистина и фенилэтиламина гарантирует насыщенные и продолжительные трипы. Доля

псилоцибина может составлять от 0,2 до 2,37 %, но чаще всего встречаются средние значения в пределах 1,2–1,7 %. Трип, обеспеченный псилоцибе полуланцетовидной, предполагает зрительные галлюцинации, в том числе искажение форм, цветов и глубины. Можно описать эти ощущения как лайт-версию ЛСД-трипа.

Коническая или колокольчатая шляпка диаметром до 3 см со временем становится полураспростертой с бугорком по центру. Кожица гладкая темно-коричневого оттенка, который светлеет в сухую погоду. Редкие пластинки, наоборот, изначально охристые либо серые, но по мере роста темнеют, окрашиваясь в фиолетово-коричневый. Высота ножки может достигать 10 см. Тонкая, но прочная, она, как правило, окрашена в белый либо светло-желтый цвет с традиционно синеватым основанием. Излюбленные места этой псилоцибе — богатые влагой травяные луга и поляны. Плодоносит с августа по январь.

### Плютей синеногий (*Pluteus cyanopus*)

Этот мелкий гриб обитает прежде всего на территории Евразии, но встречается и на других континентах. Как минимум в Северной Америке и Африке. Содержит псилоцибин (0,05–0,25 %), псилоцин (до 0,02 %), беоцистин (0,008 %) и считается слабо или умеренно активным, благодаря чему стал популярным среди сторонников рекреационного употребления психоделиков.

За редким исключением диаметр шляпки остается в пределах 1–3 см. Гладкая либо слабочешуйчатая, она проходит путь от округло-конической до распростертой. Палитра колеблется от серого с оттенком зеленого до желто-коричневого. Широкие светлые пластинки расположены часто и не прирастают к ножке. Последняя способна достигать 3–10 см в высоту.

Она преимущественно ровная и волокнистая. Верхняя часть бело-серая, а нижняя — голубовато-серая либо зеленоватая. Плютей селится на гниющей древесине, пнях и богатой перегноем почве. Чаще в одиночестве, но встречаются и сростки из нескольких плодовых тел. Плодоносит с июня по октябрь.

То, какой из этих грибов станет вашим первым проводником в мир измененного сознания, трансцендентных путешествий, ценных инсайтов и полного исцеления, — дело случая. Возможно, это будет кто-то не из упомянутых мухоморовых или псилоцибиновых «маэстро», а один из их многочисленных родственников. Но можете быть точно уверены: любой из них подарит вам незабываемые ощущения, а вы после церемонии больше никогда не станете прежним. Увидите то, что всегда было от вас скрыто, переживете то, о чем могли лишь фантазировать, и найдете ответы на главные вопросы своей жизни. И если для кого-то этим все и ограничится, то для вас ментальное перерождение станет солидным, но все же бонусом к исцелению и отвоеванным у болезни бесценным годам жизни.

## Великая тайна окончательной победы над раком

Есть только одна штука, в которой человек нуждается больше, чем в воздухе, — ответы. Тысячелетия подряд мы только то и делаем что ищем их, жертвуя собой и убивая друг друга в попытках доказать, что одни ответы правильнее других. Религия и наука есть не что иное, как индустрия ответов. Удивительно, но чаще всего человеку нужны не точные, а простые и понятные ответы. Ведь, окружив себя ими, начинаешь думать, что и вся жизнь такая же — простая и понятная. А значит, и предсказуемая. Когда же вокруг темные пятна, сложнее чувствовать себя в безопасности. Вот почему люди так неохот-

но признаются, что чего-то не знают. И вот почему вам позарез нужно выяснить, что именно священные растения и грибы делают с раковыми опухолями. Как так получается, что инъекции цитостатических препаратов менее эффективны, чем церемонии «дикарей» где-то в джунглях?

Я не знаю. И мне не стыдно это признавать, ведь на сегодняшний день точно этого не знает никто. Помните фильм «Трасса 60»? В одном из эпизодов главный герой Ник спрашивает О. Ж. Гранта, исполняющего желания, что происходит. Тот перечисляет много возможных вариантов. Ник недоумевает и слышит в ответ: «А что вам еще нужно?! Я дал не одно объяснение, а целых шесть. Вполне здравых. Хотите — выбирайте любое. Это ничего не изменит». Я тоже дам вам вполне здоровое объяснение, но оно не подкреплено масштабными исследованиями и научными диссертациями.

Официальная наука со скрипом признала, что «маэстро», содержащие психоделические вещества диметилтриптамин, мескалин, псилоцибин и мусцимол, эффективны против зависимостей, болезни Альцгеймера и многих психических недугов: депрессии, посттравматического синдрома, дистимии, расстройства приспособительных реакций и генерализованного тревожного расстройства. Но никто не включил психоделические сессии в протоколы лечения этих заболеваний. Когда же речь заходит о раке, ученые от медицины не то что противятся лечить больных по-новому — они делают вид, что психоделиков вообще не существует. И что документированных случаев исцеления, описанных в научных изданиях, которые они же считают авторитетными, будто и не было. А значит, и исследовать нечего. Как говорится, нет тела — нет дела.

У меня же нет возможности проводить научные исследования. Я практик. Поэтому мое объяснение может быть не совсем точным, особенно когда речь о физиологических аспектах исцеления. Зато сама методика действительно работает,

и она намного эффективнее ядов, которыми травят больных в онкодиспансерах. Если вы медик, то наверняка найдете что добавить к моему объяснению. А то и вовсе выдвинете свое. Что ж, выбирайте любое. Это ничего не изменит.

## Просветление вместо облучения

Все начинается с церемонии, на которой больной употребляет энтеогены — растительные субстанции, содержащие психоделические вещества. Поскольку Католическая церковь, сперва уничтожавшая вегеталистские традиции огнем и мечом, затем попыталась взять над ними шефство, подобные ритуалы часто называют причащением. Но это лишь навязанная метафора. На этих церемониях не вкушают плоть и кровь бога, а общаются с ним напрямую. К тому же вегетализм намного старше христианства. Древнейшие следы кактуса Сан Педро датированы периодом между 8600 и 5600 годами до н. э. Археологи обнаружили их в пещере Гитарреро, что на территории современного Перу. Наскальные рисунки явно намекают на то, что ее обитатели использовали энтеоген в ритуальных целях.

Совершив вегеталистское причастие, больной погрузится в психоделический трип, который продлится от нескольких до 10–12 часов. Все это время его покой будет охранять шаман. Он же ритуальными песнопениями (амазонские индейцы называют их икаро) направит трип в правильное, целебное русло. А заодно защитит пациента от злых духов, ведь шаманы убеждены, что в таком состоянии пациент особенно к ним уязвим. Правда ли это? Скорее да, чем нет. «Цивилизованному» человеку церемония может показаться немного наивным спектаклем с местным колоритом. Но уверяю: у «декораций» отнюдь не декоративная роль, а подготовка курандеро не просто так занимает два десятка лет. Казалось бы, все дело в психоделической химии, но нет. Не только я замечал, что ау-

тентичные ритуалы дают человеку намного больше, чем употребление синтетических ДМТ, мескалина или псилоцибина.

Но что конкретно вам предстоит испытать? Это каверзный вопрос. Психоделический опыт по большей части лежит вне сенсорного восприятия, и именно поэтому его называют трансцендентным. А язык — не только тот, на котором написана эта книга, а вообще любой человеческий язык — построен на восприятии мира органами чувств. Даже абстракции так или иначе восходят именно к нему. Проще говоря, в нашем языке нет слов, способных точно описать все то, что происходит в психоделическом трипе. Но деконструировать некоторые эффекты все же возможно:

☑ *Синестезия.* Человек обретает суперспособность ощущать окружающий мир многоаспектно. Например, видеть музыку. Ученые все еще не могут объяснить, почему воздействие на одни органы чувств может вызывать уникальный отклик в других.

☑ *Пульсирующее пространство.* Выясняется, что вещи, казавшиеся неподвижными, способны на ваших глазах изменять размеры и пропорции, оживать, мерцать и перетекать одна в другую.

☑ *Иное восприятие времени.* Его ход не только замедляется — вы получаете способность выходить за пределы времени. Оно теряет привычный смысл. Появляется понимание, что время податливо.

☑ *Жизнь заново.* Вы повторно проживаете прошлое. Иногда свое (чаще всего — эмоциональные эпизоды из детства), а иногда и не только. Регрессия в прошлые жизни — обычное дело в трипе.

☑ *Рождение и смерть.* Вам открываются воспоминания о рождении и нахождении в утробе матери. Или опыт смерти собственного эго (о которой я еще расскажу подробнее) и последующего возрождения.

☑ *Ясность мышления.* Задачи, которые казались трудными или даже невыполнимыми, решаются будто по щелчку пальцев. Вы ощущаете, что до энтеогена ваш мозг не работал в полную силу.

☑ *Визуальные искажения.* Стоит закрыть глаза — и перед вашим взором возникают геометрически правильные калейдоскопические узоры и психоделические композиции, в которых обычно угадываются глаза, перья и листья.

☑ *Трансперсональные переживания.* Вы обретаёте способность выходить за пределы физического тела и воссоединяться с духом растения-учителя и с тем, что люди упрощенно называют богом.

☑ *Повышенная чувствительность.* Цвета становятся ярче, а звуки — громче. Именно поэтому церемония должна проходить вдали от цивилизации: шум города может испортить трип. Эмоции тоже становятся более концентрированными.

Разумеется, интенсивность эффектов зависит от дозы. Например, если она в 100 и более раз меньше стандартной, человек не ощутит ничего экстраординарного. Психоделик сработает как безвредный стимулятор: немного улучшит когнитивные способности, креативность, придаст уверенности в собственных силах и подарит чувство благополучия. Вот почему каждый второй в Кремниевой долине практикует микродозинг ДМТ, мескалина, псилоцибина или ЛСД. По мере повышения разовой дозы человек будет сталкиваться со все более удивительными эффектами. В 1964 году ученые и популяризаторы психоделиков Тимоти Лири, Ральф Мецнер и Ричард Альперт попытались систематизировать их и выделили пять уровней интенсивности трипа:

☑ *Уровень 1.* Не происходит ничего экстраординарного. Физическую и психологическую напряженность сменяет чувство глубокого расслабления, как если бы вы утонули в мягком кресле после тяжелого рабочего дня. Звуки ка-

жуются более сочными, насыщенными. Визуальные эффекты отсутствуют.

☑ *Уровень 2.* Если закрыть глаза, можно увидеть калейдоскоп геометрических узоров. Галлюцинаций с открытыми глазами нет, разве что цвета кажутся более яркими. Вы замечаете красоту мелочей, на которые раньше не обращали внимания. Мысли на отвлеченные темы быстро сменяют одна другую. Собеседнику нелегко уследить за ними, если озвучивать то, что приходит в голову.

☑ *Уровень 3.* Визуальные искажения становятся очевидными. Поверхности обычных предметов напоминают жидкость. Наполненные геометрическими паттернами, они образуют причудливые завихрения. Стоит закрыть глаза — и вы погружаетесь в мир трехмерных фрактальных узоров. Восприятие времени существенно искажается. Движения затруднены.

☑ *Уровень 4.* Галлюцинации настолько усиливаются, что предметы перетекают из одного в другой и оживают. С вами могут заговорить, казалось бы, неодушевленные вещи. Чувство идентичности ускользает, происходит так называемая смерть эго. Эффект синестезии чрезвычайно силен: вы видите звуки и ощущаете, как звучат цвета. Категория времени упразднена.

☑ *Уровень 5.* Эффекты невозможно описать, поскольку они лежат за пределами сенсорного восприятия. Эго осталось в прошлом, вы сливаетесь с миром, обретаете единство с божественным, вы и есть все сущее. Телесных границ больше нет. Связь с обычной реальностью полностью утрачена. Пространство и время отсутствуют. Вы ощущаете эйфорию безоговорочного просветления.

Псилоцибиновые грибы, конечно, называют «magic mushrooms», но ни один из энтеогенов не волшебная таблетка. Выпили отвар или съели несколько шляпок — поразглядывали

причудливые узоры на обратной стороне век — исцелились от рака. Так не бывает. Чтобы достичь полной перепрошивки подсознания, о которой я писал выше, нужно добраться как минимум до четвертого уровня. Точка, знаменующая необратимые изменения к лучшему, — смерть эго. Пускай вас не пугает этот термин. Как и большинство других, касающихся психоделического просветления, он слишком условный. Смерть эго не означает окончательную и бесповоротную утрату психической идентичности. Вы вернетесь к обычной жизни. Но уже другим человеком. Человеком, подсознание которого больше не содержит деструктивных установок и не пытается его убить. Впрочем, о смерти эго нужно рассказать еще подробнее.

Но прежде должен предостеречь! Да, в психоделическом трипе вам предстоит оказаться один на один с неизведанным. Но это не значит, что подобные сеансы можно проводить в одиночку. Особенно если планируется повышение дозы для перехода на следующий уровень интенсивности. Нужен человек, который не позволит вам натворить глупостей в состоянии измененного сознания, поможет справиться с кошмарами (то есть с бэд-трипом), если что-то пойдет не так, и на протяжении всего сеанса будет следить за состоянием вашего здоровья. Таких людей называют трип-ситтерами и фасилитаторами. Эта работа требует намного большего, чем просто оставаться «трезвым». Квалифицированный трип-ситтер должен обладать богатым психоделическим опытом, а также навыками психолога и фельдшера.

Такие люди — большая редкость. И это одна из причин, почему я настаиваю на аутентичных вегеталистских церемониях. Амазонский шаман — идеальный фасилитатор, ведь он учился своему ремеслу по меньшей мере два десятилетия. Кто-нибудь из «цивилизованных» трип-ситтеров может таким похвастать?

## Умереть, чтобы воскреснуть

Признаюсь, я изобрел велосипед. Когда попытался описать свой самый значимый психоделический опыт, фраза «смерть эго» показалась мне довольно точной. Я не слышал ее прежде. Не читал ни чужих трип-репортов, ни трудов Тимоти Лири и Станислава Грофа. Я пришел к этой формулировке самостоятельно. Каково же было мое удивление, когда я узнал, что термин «смерть эго», оказывается, широко распространен среди религиозных мистиков, философов и психологов! А само это явление может многое рассказать не только об отдельно взятом психоделическом трипе, но и обо всей нашей цивилизации.

Мы говорим просветление, подразумеваем... познание вселенской мудрости? Или, может, взгляд, обращенный за завесу мироздания? Такие объяснения не вносят никакой ясности. Это просто подмена одной метафоры другими. А что, если я скажу, что просветление — это оказаться вне границ тела и разума, пространства и времени, где нет ни видений, ни мыслей, ни собственного «я», только чистое сознание и истинная свобода? Это уже не первая цитата из книги Тимоти Лири, Ральфа Мецнера и Ричарда Альперта под названием «The Psychedelic Experience: A Manual Based on the Tibetan Book of the Dead».

Это и есть смерть эго — полная утрата физической и психической идентичности. Вы больше не осознаете себя как нечто, заключенное в телесные рамки. Ощущаете, что растворились во Вселенной, а потому стали одновременно и ничем, и всем сущим. Нет ни самовосприятия, ни памяти, ни причинности, ни времени. Юнг называл это состояние психической смертью, за которой следует перерождение. Тот, кто испытал смерть эго, возвращается из психоделического трипа совершенно иным человеком. Структурные компоненты его разума

будто собраны заново, без всего лишнего, что не давало жить счастливой и здоровой жизнью.

Смерть и возрождение... знакомый мотив, не так ли? Вы даже не представляете насколько! Смерть эго в том или ином виде упоминается почти во всех распространенных религиях:

☑ *Фана в исламе.* Концепцию растворения мистика в Аллахе еще в XIII веке предложил персидский факих (исламский богослов-законовед) и поэт Джалаладдин Руми. С тех пор она вошла в доктрину суфизма — аскетически-мистического направления в исламе. Суфии называют это состояние «смертью до самой смерти» — уничтожением эго пред лицом Господа, чтобы стать инструментом в Его руках. Это способ осознать единство Аллаха со всеми его творениями.

☑ *Нирвана в буддизме и индуизме.* Странники этих религий считают смерть эго «великой смертью», позволяющей вырваться из колеса сансары (бесконечной череды перерождений), и противопоставляют ее «малой смерти» (физической). В нирване дхармы (частицы потока сознания) пребывают в покое, а разум свободен от желаний, привязанностей и страданий. Это и есть ригпа — «естественное безначальное состояние блаженства» Изначального будды Самантабхадры. Индуисты верят, что смерть эго ведет к слиянию с надличностным индифферентным Абсолютом — Брахманом.

☑ *Распятие и вознесение в христианстве.* Краеугольный камень всей христианской религии и есть история смерти эго. Иисус Христос отказался от всего мирского и принес себя в жертву на кресте, чтобы возродиться в обличье Бога. Разницу между «око за око» и «возлюби ближнего своего», то есть между Старым и Новым Заветом, можно трактовать как вселенскую мудрость, которую Иисус познал благодаря смерти эго.

В 1949 году американский ученый Джозеф Кэмпбелл впервые опубликовал книгу, которой на протяжении последующих 70 лет суждено было оставаться бестселлером. Ее название —

«Тысячеликий герой». Кэмпбелл пришел к выводу, что мифы разных народов мира скроены по одному и тому же лекалу. Он назвал его мономифом. Если вы удивлены, что смерть эго оказалась одинаково важным элементом столь разных религий, то... пора удивиться еще больше. На самом деле она вшита в мифологию всех народов мира, живших во все времена на всех континентах. Смерть эго — неотъемлемая часть мономифа, или истории героя.

Кэмпбелл выделил 17 стадий этого универсального сценария и сгруппировал их в три акта: Отправление, Посвящение и Возвращение. Не каждый миф содержит все стадии строго в указанном порядке, но основная линия повествования всегда остается неизменной. Не стану подробно описывать каждый из этапов. Но рекомендую прочесть «Тысячеликого героя». Уверю, вы многое поймете о мире и о себе. Если кратко, героя зовут приключения и после некоторых колебаний он покидает дом родной, чтобы отправиться в неизвестность. На этом пути он встречает помощника и сталкивается с испытаниями и искушениями, после чего попадает в бездну, где переживает смерть эго и полную трансформацию личности. Он возрождается новым человеком, получает божественную награду и возвращается домой — туда, где все началось. Круг замкнулся.

Смерть эго не просто так оказалась ключевым элементом всех распространенных религий, каждого известного нам мифа и высшей точкой психоделического трипа. Это не совпадение. Энтеогены сопровождали человечество с древних времен. Вполне возможно, именно они даровали мистические видения пророкам — и так рождались религии. Именно они вели за собой первооткрывателей — и на картах появлялись новые континенты. Именно они озаряли ученых — и мир удивлялся великим открытиям. Именно они вдохновляли художников и писателей — и мы обрели культуру. И да, именно это невероятно мощное средство может исцелить вас и ваших

близких от рака, чтобы, пережив смерть это, подобно герою мономифа, вы вернулись домой. Живым и здоровым.

Что дальше?

Встречались ли вам заброшенные деревенские дома? На постсоветском пространстве их великое множество, стоит лишь забраться в глушь, подальше от крупных городов и транспортных развязок. Удивительное, скажу я вам, зрелище. В таком доме еще каких-то пять лет назад доживали свой век старики. Прошло совсем немного времени, но постройка уже покосилась, все поросло травой, а сквозь бетон некогда ухоженного двора пробились молодые деревья. В таких случаях говорят: природа берет свое. Она будто ждала, пока стариков предадут земле, чтобы с поразительной быстротой поглотить это место. Вернуть свое.

К чему это лирическое отступление? К тому, что то же самое происходит с телом после удаления из подсознания деструктивных установок. Здоровье берет свое. Иногда быстрее, иногда медленнее. Все зависит от оставшихся в организме сил. Если он истощен долгой и мучительной болезнью, а еще не менее мучительными лучевой и химиотерапией, процесс может затянуться. В иных случаях пациенты возвращаются из нашей штаб-квартиры в Эквадоре, проходят обследование — и обнаруживают, что показатели онкомаркеров существенно снизились. Или опухоль прекратила рост. Или уменьшилась в размерах. Или — и такое случается! — ее как не бывало. Врачи убеждают, что произошла ужасная ошибка и аппаратура дала сбой: «Не беспокойтесь, вы все еще умираете!» Но ничто не может остановить исцеление, время которого настало. Даже современная медицина.

Но что происходит с раковыми клетками? Почему их, казалось бы, неконтролируемое деление внезапно останавли-

ваются? Куда деваются те клетки, что сгрудились в опухоль? Неужели это самое настоящее чудо?

Начну с последнего вопроса. Нет, это не чудо, хотя многие мои пациенты (а точнее, пациенты священных грибов и растений) и их родственники уж точно со мной не согласятся. Чудо — это нечто невозможное. Чудес не бывает. А вот феномен внезапного и быстрого «рассасывания» опухоли и даже ее метастазов существует. И даже описан наукой. Он называется синдромом Перегрин, или спонтанной регрессией рака.

Перегрин Лациози, впоследствии причисленный к лику святых, был монахом и умер 1 мая 1345 года — через 25 лет после того, как средневековые врачи обнаружили в его левой ноге костную опухоль. Они могли поклясться, что единственный выход — ампутация. В ночь перед назначенной операцией Перегрин так долго молился, что впал в транс. Монаху привиделось, что Иисус спустился с креста и коснулся его ноги. Наутро Перегрин был абсолютно здоров. Католическая церковь считает его заступником больных раком и СПИДом.

Официальная наука не горит желанием подтверждать случаи спонтанной регрессии. Ведь всегда можно сослаться на неполадки медицинской аппаратуры и ошибки в анализах. Даже когда больной проходил десятки обследований в разных клиниках. Просто совпадение! Но иногда им не удается отвертеться. Например, за период с 1960 по 1987 год медицина насчитала не так уж мало подтвержденных случаев синдрома Перегрин: 69 внезапных исцелений от злокачественной меланомы, по 68 — от лимфомы и гипернефромы, 53 — от лейкемии, 41 — от нейробластомы, 33 — от ретинобластомы, 22 — от рака груди, 16 — от рака яичек. В 2001 году швейцарец Уве Хобом на страницах авторитетного научного издания «Cancer Immunology, Immunotherapy» опирался на анализ 1000 случаев спонтанной регрессии.

Бьюсь об заклад, вы впервые слышите о синдроме Перегринна. Даже если кто-то из ваших близких или вы сами боретесь с раком. Описание этого феномена вроде бы не скрыто за семью печатями. О нем есть статья на Википедии. Время от времени его упоминают в профильных научных изданиях. Но спросите о спонтанной регрессии рядового онколога — и он будет с пеной у рта доказывать, что этого не может быть, потому что этого не может быть никогда.

Все просто: синдрома Перегринна нет в программе медицинских вузов. Да, даже 1000 подтвержденных случаев — ничтожно мало по сравнению с 19,3 млн заболевших в одном только 2020 году. Но достаточно много, чтобы бросить все силы на разгадку этого феномена. Ведь именно в нем, похоже, и кроется секрет лекарства от рака. Лекарства, которое помогает сразу и без побочных эффектов. Лекарства, которое чертовски невыгодно современной медицине.

Но вернемся к вопросам. Что происходит с опухолью после того, как удаление деструктивных установок из подсознания позволяет организму взять свое и запустить синдром Перегринна? Я не знаю. Я всего лишь гипнотерапевт, открывший для себя и своих учеников силу древних «маэстро». Не биохимик. И все же рискну предположить, что разгадка кроется в программируемой гибели клеток — апоптозе. Ученые подтверждают, что он доступен всем эукариотам, от одноклеточных простейших до высших организмов. В том числе и человеку. Если клетка получит особый сигнал о самоуничтожении, она тут же распадется на апоптические тельца, ограниченные плазматической мембраной. В течение 90 минут макрофаги (клетки, способные поглощать и переваривать остатки отмерших клеток) не оставят от нее и следа.

В 2002 году ученые Сидней Бреннер, Джон Салстон и Роберт Хорвиц были удостоены Нобелевской премии по физиологии или медицине как раз за исследования программи-

руемой клеточной смерти. Но официальная наука все еще не научилась генерировать сигналы, которые запускали бы апоптоз. Зато с этой задачей, похоже, легко справляется разум человека, подсознание которого больше не желает ему смерти.

Не знаю, верна ли моя гипотеза об апоптозе. Да и, сказать по правде, это не имеет никакого значения. Главное, что лечение онкозаболеваний священными растениями и грибами действительно работает. Те, кто столкнулся с этим страшным диагнозом, больше всего на свете хотят исцелиться. Снова увидеть родных. Встретить еще один рассвет, еще одно лето, еще раз побывать на море. Увидеть внуков. Уверяю, им плевать на тонкости биохимических процессов. Как и на высоколбых ученых, которые откажутся признавать их исцеление еще одним случаем синдрома Перегринна. Пускай. Все это неважно. Важно жить и спасать жизни. Ведь тот, кто спас одну жизнь, спас целый мир.

# Заклучение

Знаю, многие заглядывают сюда, прежде чем прочесть книгу. Я и сам иногда так делаю. Ведь во вступлении автор только раздает обещания, а стоит заглянуть в самый конец — и станет более-менее ясно, сумел ли он их выполнить. Не стану томить: да, я сумел. Потому что Павел Дмитриев всегда держит слово. Эта книга не только обличает современную медицину, бессовестно обирающую онкобольных, но и подробно описывает другой, революционный способ лечения рака. Поразительно эффективный и напрочь лишенный побочных эффектов. Скептики любят повторять: критикуя — предлагай. Именно так я и сделал.

Возможно, это главная книга в моей жизни. Я добился всего, о чем можно мечтать. Построил многомиллионный бизнес и создал счастливую семью. Напрямую помог сотням людей — как самый высокооплачиваемый гипнотерапевт в США. И косвенно сотням тысяч тех, кого никогда не встречал, — обучив тысячи целителей. Я нашел свое призвание, познал великую мудрость природы благодаря древним психоделическим церемониям и теперь помогаю сделать то же своим последователям. Но все это меркнет на фоне того, что мне удалось открыть истинную причину рака и действенный способ его лечения. Это означает не просто помощь, а спасение десятков и сотен миллионов людей из лап смертельно опасной болезни.

Я понимаю вашу настороженность. Даже если вы уже прочли эту книгу и убедились, что я прав, в такое все равно сложно поверить. Вдумайтесь! Человек без научной степени утверждает, что нашел лекарство от рака, но об этом не пишут в новостях, и никто не торопится выдвигать его на Нобелевскую премию. Разве такое возможно? В мире где онкобольной должен жить ровно до тех пор, пока у него и его родных не закончатся последние деньги, — вполне. Система не нуждается в лекарстве от рака, у нее и так все замечательно.

Система возвела сотни невидимых барьеров. Чтобы заявить об открытии и быть услышанным, нужно стать ее частью. Выучиться в медицинском вузе. Получить ученую степень. Проводить исследования только на базе известного университета. Публиковать результаты только в научных изданиях из строго ограниченного списка. Разве не очевидно, что все это сделано с единственной целью — выставить тех, кто опасен для системы, сумасшедшими или шарлатанами, а в ученое сообщество допустить лишь тех, кто к ней абсолютно лоялен? И непременно контролировать их. Ведь, того и гляди, откроют что-то не то. Но зачастую они послушны. За годы карабканья по научной лестнице система успеваает перековать даже самые горячие головы.

Можете ли вы представить, что изобретения Томаса Эдисона отказались замечать, потому что он не ученый, а предприниматель? Что открытие Америки отменили, потому что Колумб не состоял в гильдии сертифицированных мореплавателей? Или что суд отказал человеку в праве быть поэтом, потому что у него нет справки из профсоюза писателей? Впрочем, последнее я как раз могу себе представить. Потому что именно это произошло с Иосифом Бродским в омерзительном тоталитарном СССР. Но время расставило все по своим местам. Не сомневаюсь, что это же когда-нибудь случится и с моей методикой лечения рака. Но есть ли у вас время подождать, пока справедливость восторжествует? У тех, кто уже сегодня борется со смертельным недугом, его нет.

Я говорю «моя методика», потому что так проще. Но не подумайте, что я присваиваю себе великую мудрость природы. Священные растения и грибы сопровождали человечество и помогали ему на протяжении всей нашей истории. Они исцеляли нас задолго до рождения Гиппократы, Авиценны и Парацельса. Наши предки начали практиковать психоделические ритуалы раньше, чем научились писать. Моя заслуга

лишь в том, что я обнаружил связь между онкозаболеваниями и подсознанием. И понял, что священные растения и грибы способны устранить истинную причину рака, а значит, и остановить рост опухоли. Или даже запустить механизм ее программируемой гибели.

На этом все. Теперь вы знаете, что онкозаболевание — это не приговор. Что в ваших силах сделать правильный выбор. Выбрать родных и близких, а не холодное безразличие докторов. Выбрать любимую работу, а не больничную палату. Выбрать жизнь! Жизнь без рака.