

## **Здоровье из космоса и от земли**

### **Иван Неумывакин – легенда двух медциин**

**В нашей стране имя Ивана Павловича Неумывакина известно практически всем, кто хоть немного интересовался темой здорового образа жизни... Да и не только в нашей стране!**

**Его знают как создателя космической медицины, автора способов лечения перекисью водорода и содой, как доктора, который учит быть здоровым без таблеток... Международное издание Marie Claire («Мари Клэр») отзывалось о нем, как о «гуру здорового образа жизни». А в популярном глянцевоm журнале Story («Стори») его назвали «легендой уходящей эпохи», посвятив истории жизни профессора большую статью.**

**Впрочем, при общении с доктором Неумывакиным возникает ощущение, что эпоха его идей только наступает...**

#### **Доктор в беде**

Дом, где мы встречаемся с легендарным доктором, расположен в одном из спальных районов Москвы.

– Проходите! – перед нами распахивается дверь довольно скромной квартиры. – Тамара Евгеньевна, – представляется хозяйка.

Эта бодрая, крепкая женщина с радушной улыбкой – верная помощница Неумывакина: она находится рядом с ним и день и ночь, ведь помощь ему сейчас ой как нужна...

– Видите, со мной случилась беда! – Иван Павлович встречает нас, сидя на диване. Голос у него громкий и уверенный. – Я все отдавал людям, забывал о себе, но те, кому я доверял, оказались очень «нечистоплотными». Оставили меня без всего, лишили даже квартиры... Это чужое жилье, – разводит руками врач. – На почве всех этих переживаний я ослеп. Но я так благодарен всем тем, кто знает меня и помогает в этой ситуации. Есть пенсионеры, которым самим на хлеб не хватает, но они по 50–100 рублей посылают, чтобы мне помочь. И вот Тамара Евгеньевна... Она сама народная целительница, мы с ней на различных конференциях встречались раньше. Так она, как услышала, что у меня беда, все бросила и приехала сюда...

Несмотря на телесную немощь, ум у 88-летнего ученого по-прежнему острый. Неумывакин – автор более 90 книг, и даже в нынешнем состоянии он продолжает писать...

– Иван Палыч с 12 ночи до 6 утра не спит, – поясняет Тамара Евгеньевна, – в уме «пишет» книги. Потом короткий сон, и, проснувшись, диктует их мне. Затем я ему все перечитываю, он правит, и в печать...

#### **Спаситель космонавтов**

– Я рад встрече с читателями газеты «Радость жизни», – каждое слово Иван Павлович чеканит, словно вбивает гвозди. – Мне отраднo, что Вас волнуют темы здоровья и долголетия. И в этом названии – «Радость жизни», заключен глубокий смысл. Ведь мы рождаемся именно для этого – чтобы испытывать радости от жизни на прекрасной планете Земля.

Наверное, человек, возглавлявший отдел медицинского обеспечения космических полетов Института медико-биологических проблем РАН и отдавший 30 лет изобретению методов лечения советских космонавтов, и не может мыслить меньшими масштабами, чем «планета Земля». Говорят, что на одном из приемов в Кремле космонавт Алексей Леонов, увидев Ивана Павловича, обнял его и воскликнул: «Вот мой спаситель!» Впрочем, сегодня так могут воскликнуть многие, кому помог «космический доктор».

### **Из врачей в целители**

– Где-то в конце 60-х годов я стал понимать, что официальной медицине здоровый человек не нужен! – заявляет Неумывакин.

Он, отдавший этой самой официальной медицине огромное количество сил и времени, пожалуй, имеет право на такие утверждения! Конечно, на своих семинарах Иван Павлович пояснял, что полностью отказываться от системы здравоохранения нельзя, ведь есть состояния, требующие неотложных действий, реанимационные мероприятия, хирургия... Но в определенный момент ученый, доктор медицинских наук, профессор пришел к выводу, что сам подход современных медиков имеет серьезные изъяны.

– Наше здравоохранение, – поясняет Иван Павлович, – поддерживает человека в состоянии предболезни. Это происходит потому, что основной упор делается на использование химических лекарственных средств, которые имеют огромное количество побочных действий. Так что, побеждая одни симптомы, мы порождаем другие. Пациент становится ходячей энциклопедией болезней! Обращение к фармакологии является нарушением законов природы. Ведь Всевышний, создавая человека, дал ему все: наш организм – это многоцелевая, самодостаточная, саморегулирующаяся и самовосстанавливающаяся система, в которой есть все, чтобы всю свою жизнь человек оставался здоровым. Но сегодня медики разрывают организм на части – существует больше 130 видов докторов! Только по болезням, связанным с головой, я насчитал 28 специалистов... Разве возможен при таком подходе целостный взгляд?

Именно этот мировоззренческий переворот, который сам доктор назвал переходом от «медицины болезней» к «медицине здоровья», привел Ивана Павловича к народному целительству.

– Я врач официальной медицины, который восстал против нее! – восклицает профессор. – Но ведь все, что я говорю, научно обосновано, доказано. Только это не устраивает нынешних чиновников из системы здравоохранения...

### **КГБ организма**

– Основа всего – наша иммунная система! – делится народный целитель своими взглядами на оздоровление. – Что такое так называемый рак? Я вообще считаю, что такой болезни нет... Есть состояние, вызванное паразитами, которых у нас в организме более 10 000, как доказали американские ученые. Но эти микроорганизмы должны знать, кто в доме хозяин. Наш иммунитет – это «служба безопасности», «полиция», «КГБ» нашего организма. И чтобы она работала, нужно соблюдать определенные условия. Например, именно с полуночи до 6 утра, во сне, эта система очищает, чинит наш организм. Человек стремится жить ради своего удовольствия, получать от жизни все, но если он хочет быть здоровым, есть некоторые условия, которые надо соблюдать, – что и как кушать, какую воду и сколько пить... В этом успех долголетия!

### **Наука есть и пить**

– Проблема в том, что наш организм закислен! – продолжает Неумывакин. – А в кислой среде активизируется патогенная микрофлора, и как следствие, появляются

различные заболевания, характер которых уже не имеет значения. По своей природе мы щелочные животные. Это значит, что везде в нашем организме щелочная реакция: в кишечнике, в крови, в клетках. Но нарушая физиологический процесс переработки пищи, мы нарушаем кислотно-щелочной баланс организма. Я больше сорока лет борюсь с тем, что люди запивают еду. Пить нужно до еды, желательно на голодный желудок, чтобы вода транзитом проходила в двенадцатиперстную кишку, где она ощелачивается. А во время еды не нужно мешать желудку полностью расходовать желудочный сок. Пищу надо хорошо прожевывать, «прослюнявливать» в полости рта, и в таком виде она должна поступать в желудок

– И в течение дня необходимо выпивать минимум полтора-два литра воды, – продолжает профессор, – именно столько нужно для биохимических реакций организма. Вот Вы попробуйте не поливать растения водой. Что будет? Засохнут. Так и с нашим организмом. А самая лучшая аптека у нас под ногами. Из всех книг, которые я написал, 60 посвящены лекарственным травам или таким полезным продуктам, как арбуз или дыня. Это ведь кладь для оздоровления! В этом и есть смысл моей жизни: научить людей, как сохранить здоровье самыми простыми путями.

Роман УСАЧЕВ

## **ИНФО**

Неумывакин Иван Павлович

родился 7 июля 1928 года в Киргизии

Советский и российский ученый-медик, автор более 90 книг. Доктор медицинских наук, профессор, полковник медицинской службы в отставке.

С 1959 года на протяжении 30 лет занимался космической медициной, стоял у ее истоков в СССР. Впоследствии деятель народной медицины, автор многих оздоровительных методик.

Сложная ситуация, в которой оказался доктор, привлекла внимание общественности. Сейчас на различных интернет-ресурсах (например, по ссылке: [www.change.org/p/неравнодушные-граждане-страны-профессору-неумывакину-и-п-нужна-наша-помощь](http://www.change.org/p/неравнодушные-граждане-страны-профессору-неумывакину-и-п-нужна-наша-помощь)) ведется сбор средств в помощь Неумывакину. Поучаствовать в этом может любой неравнодушный человек.