

Спецвыпуск «НАБАТА»

Школа здоровья Майи Гогулан

Мы выполняем вашу просьбу, дорогие наши читатели.

Спецвыпуск «НАБАТА» который вы держите в руках, соединил в себе все публикации нашего доброго автора Майи Федоровны Гогулан.

Читайте, претворяйте в практику и будьте здоровы!

Система здоровья Ниши

Сегодня по многочисленным просьбам наших читателей мы начинаем публиковать школу здоровья Ниши. Или, иначе говоря, школу здоровья Майи Гогулан. Майя Федоровна побывала в Севастополе и других городах Крыма. Залы, в которых она выступала, не могли вместить всех желающих. Приходили на ее лекции с тетрадями, магнитофонами, просили советов, благодарили.

Майя Федоровна откликнулась на просьбу севастопольцев, жителей города, в котором она провела детство, и прислала нам из Москвы свою рукопись.

«Набат» — газета, которой предоставлено право первой публикации школы здоровья. В последующих номерах мы продолжим публикации М. Гогулан по вопросам рационального питания, лечения, вопросам психического, физического здоровья и т. п.

Мое детство прошло в Крыму, на берегу Черного моря, под Севастополем.

Может, потому, что в детстве все кажется иным: солнце ярче, небо голубее, море необыкновенное, горы выше, аромат сиреневых степей дурманит сильнее, чем потом, когда мы вырастаем; может, потому, что людям, окружавшим меня тогда, не было и двадцати четырех и все они были первооткрывателями, а может, от несей, разносищихся с утра до вечера, таких, как: «А ну-ка пешком изам проой, веселый Ветер!» (и мне казалось, Ветер пел!), или: «Ну-ка, Солнце! Ярче брызги! Золотыми лучами обжигай!» (и Солнце брызгали и обжигали!), или: «Все выше, и выше, и выше стремим мы полет наших птиц!» (а серебряные птицы стояли рядом на открытом поле аэродрома и, когда стремили свой полет, то в них сидели очень знакомые и конкретные люди — наш сосед дядя Володя Букреев, или Виткин папа, может, посвему-постому вся Земля казалась мне тогда населенной очень красивыми, сильными и счастливыми людьми, рожденными для того, чтобы «сказку сделать былью».

Прошло почти полвека. Я вновь посетила город моего детства. Он стал еще более чистым и красивым, он восхитил меня своими улицами, скверами, парками, проспектами. Только люди не выглядели уж такими счастливыми. Мне очень захотелось поделиться своим опытом, внести, быть может, тем самым свой скромный вклад в совершенствование человека — главного действующего лица.

В новой рубрике «Попрощайтесь с болезнями» будут публиковаться материалы, которые познакомят читателей с нетрадиционными методами

совершенствования человека, его физических, нравственных, духовных сил.

Я хочу предложить вам новый, надежный путь к здоровью и благополучию.

Предвижу недоверие, но не торопитесь. Скепсис вообще не плодотворен. Мой опыт может послужить наглядным примером.

В 34 ГОДА у меня обнаружили опухоль матки (17 недель беременности, размером, при гемоглобине 37 проц.). Предложили операцию, после которой у меня уже не было бы детей. От отчаяния возникла мысль: «Если Природа сотворила меня женщиной, она будет бороться за меня. Надо забеременеть с опухолью. Либо я — опухоль, либо опухоль — меня».

Поиски врача, который наблюдал бы за ходом такой беременности, довел плод до жизнеспособности, а, в случае чего, сделал кесарево сечение и спас ребенка, привели меня в Институт акушерства и гинекологии к хирургу Н. Д. Селезневой. Она объяснила, что идея моя очень, рискованна, поскольку опухоль будет расти быстрее и мешать плоду развиваться, но если я такая смелая, то могу обратиться к профессору А. А. Вишневскому в Институте хирургии. Он член уже два года проводит опыты на кроликах и коровах, и у него хорошие результаты: из трех прооперированных по поводу рака матки коров две родили здоровых телят.

Вишневский искал опухоль и место ее замещал пластикой в виде тифлоновой сеточки, служившей как бы «основой для штапки», сквозь которую за 4 месяца прорастала здоровая ткань. Орган в результате восстанавливается, искусственные волокна, сослужив-

шую службу, рассасываются и, по идеи, должны были выйти из организма с продуктами распада. Для медицинской науки это был шаг в область регенерации внутренних органов.

Я уговорила сделать операцию мне 23 апреля 1966 года впервые в СССР была проведена подобная операция на человеке. Результаты превзошли все ожидания. Я быстро выздоровела и через некоторое время родила здоровую девочку. Для меня всегда стали дороги имена моих спасителей, это — А. А. Вишневский, Т. Т. Даурова, Н. Д. Графская, Н. Д. Селезнева, Л. А. Савицкая.

Однако спустя 12 лет у меня вновь обнаружили опухоль. Уже не было в живых А. А. Вишневского, мне шел 47-й год. О втором ребенке думать не приходилось, я согласилась на ампутацию. Но после операции я не встала, началась тромбофлебит. Через 4 месяца врачи объявили, что помочь мне ничем не могут, и предложили перейти на инвалидность.

Я осталась один на один с болезнью. Близкие самоотверженно, но безнадежно ухаживали за мной, я мучительно искала выход, пытаясь понять первопричину своей болезни, ведь опухоль — это последствие чего-то. Чего?! Однажды мне попалась статья, перевод с английского: «Рак излечим». Предупреждение, лечение и излечение рака по системе доктора Ниши.

Я начала выполнять правила доктора Ниши, принимать рекомендемые контрастные души и воздушные ванны, соблюдать правила питания по его системе и довольно скоро почувствовала себя здоровой. Даже тромбофлебит исчез! К врачам с тех пор я обращалась лишь за справкой, необходимой, скажем, для пребывания в доме отдыха.

ОДНАКО, надо заметить, что система здоровья Ниши практикуется в Японии и на Гавайских островах, где климат, быт и прочие условия существенно отличаются от наших. Поэтому, когда моя подруга поехала в гастроэнтерологическую поездку по Японии, я передала с ней письмо с вопросами. В Токио она разыскала Госпиталь С. Ватачабе, Институт медицинской системы Ниши и привезла мне оттуда две кни-

ги с фотографиями и рисунками. Это помогло мне овладеть системой Ниши, «адаптировав» ее к нашим условиям. Поэтому предлагаю ознакомиться с «Системой здоровья Ниши» как тающей, а затем я поделюсь своим опытом.

Что представляет собой «Система здоровья Ниши»?

Основателем предлагаемой системы является ныне покойный профессор Кацузо Ниши, который предприял это великое дело только после того, как изучил и проверил на практике свыше 70 тысяч источников отечественной и зарубежной литературы по вопросам, касающимся здоровья. Из этого огромного количества материалов он отобрал лишь 362 источника, которые и послужили ему основой для разработки уникальной системы здоровья, известной везде как «Система здоровья Ниши».

Эту систему может применять каждый, независимо от пола и возраста. Она позволяет продлить жизнь и наслаждаться ею без страданий и множества болезней, столь распространенных в наше время.

Уже 20 лет Система здоровья Ниши внедрена на Гавайских островах, в Японии. В Токио есть Институт медицинской системы Ниши, Госпиталь «Ватабе».

Современная медицина из-за своей чрезмерной специализации полностью упускает из виду единство и унифицированное представление о здоровье конкретного человека в целом. Любой специалист медицины, каким бы компетентным он ни был в своей области, не может утверждать, что он прекрасно знает человеческий организм. О чём он действительно имеет представление — это о части или отдельном органе человеческого организма, таком, как глаз, зуб, кожа, желудок и т. д. Кому придет в голову, что такой специалист может решать проблему здоровья человека в целом?! Это абсолютно невозможно.

Система здоровья Ниши основана на философии, что человек — совершенный живой организм, формы которого представляют первоклассное единство в виде индивидуума, и содержание — обладает по-

Попрощайтесь
с болезнями



Майя Гогулан

разительной согласованностью работы всех его органов и функциональных систем, которые только кажутся более или менее независимыми друг от друга. На самом деле они тесно взаимосвязаны принципом единого функционирования как неделимое целое.

В каждом живом организме заложены целебные силы природы (ПСП). У этих сил высокий, но не беспредельный потенциал. Нужно помочь работе целебных сил природы в пределах их возможностей.

По мнению Ниши, здоровье зависит от четырех главных факторов, а именно: состояния кожи, питания, органов тела, психики. При этом, если мы принимаем здоровье за 100 проц., то каждый из этих факторов соответственно распоряжается 25 проц. здоровья. А любой из них не способен сам по себе обеспечить 100 проц. здоровья. Они тесно переплетены и функционируют в согласии друг с другом ради одной общей цели: обеспечение жизнеспособности человеческого организма в его неделимом целом.

Согласно тому, что я объясняла выше, система Ниши устанавливает следующие «Шесть правил здоровья», выполнение которых приводит к очень эффективному пути сохранения здоровья и долголетию, без болезней. Эти правила может применять всякий, кто пожелает. Они пригодны для любого пола и возраста.

