



ТАЙНЫ ЗДОРОВЬЯ

СЕРГЕЙ ХАРЛОВ

И НЕЗДОРОВЬЯ ЖИЗНИ



*К грядущему
в 2040 году
2500-летнему
юбилею
Гиппократа*



Сергей Харлов
Тайны здоровья и
нездоровья нашей жизни
Серия «Библиотека тайных знаний»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=64832241

Тайны здоровья и нездоровья жизни. / Харлов С. Е.: Общенациональная ассоциация молодых музыкантов, поэтов и прозаиков; Астрахань;

2021

ISBN 978-5-907379-43-5

Аннотация

Настоящая книга – размышление над судьбоносной ролью тетраэдра размерности.

О четырёхмерной сущности человека первым заявил гениальный древнегреческий врачеватель и мыслитель Гиппократ. Тетраэдр размерности – оптимальная часть фундаментального закона соразмерности, она приподнимает завесу над тайнами здоровья и нездоровья жизни.

Открытие, поднятое из глубин веков на поверхность нашего времени, актуально для родителей, педагогов, медиков, психологов и людей, болеющих за здоровье.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет.

Содержание

Предисловие	5
Развёрнутое пояснение к четвёртому изданию	8
Эссе, посвящённое грядущему в 2040 году 2500-летнему юбилею Гиппократу (для коллег и широкого круга читателей)	11
Вместо вступления	14
Четыре простых вывода	15
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Сергей Харлов
Тайны здоровья и
нездоровья жизни.
Книга-размышление
о судьбоносной
роли темперамента

*К грядущему в 2040 году 2500-летнему юбилею
Гиппократa.*

Библиотека тайных знаний

© Сергей Харлов, 2021

© Общенациональная ассоциация молодых музыкантов,
поэтов и прозаиков, 2021

Предисловие

Дорогой читатель! Жизнь складывается из здоровых и нездоровых отношений к себе, семье, обществу, природе. Влияют на отношения телесно-физиологические и душевно-духовные побуждения (мотивации). Загляните (не спеша и вдумчиво) в зеркало и зазеркалье здоровья и нездоровья нашей жизни с помощью **фундаментального** принципа «четыре в одном».

Если здоровье и нездоровье – два полюса, то между ними есть умеренные широты и тропики.

На полюсе здоровья – гармония, на полюсе нездоровья – отчаяние. В умеренных широтах здоровой стороны – согласие, нездоровой – страдание. В жаре тропиков – борьба противоречий.

Здоровые и нездоровые установки и обстановку люди создают сами или получают от окружения. Их соотношение влияет на продолжительность, качество, ритм и интенсивность жизни.

По мифам древних греков, мироздание и жизнь возникли из обожествлённой тетрамерности: Хаос, Хронос, Космос и Стихии. Наряду с верой в силу и помощь богов Гиппократ (гениальный врач и великий философ Древней Греции) лечил болезни восстановлением природной соразмерности четырёх качественно разных жидкостей организма.

Тетрасоразмерность между частями целого имеет силу всеобщего закона соразмерности. За физическим, живым, социальным и индивидуальным в человеке скрыты Божий промысел и дар.

Знания о четырёхмерности, включённые в бытие, станут судьбоносными для пытливого ума молодости и путеводной нитью для людей среднего, зрелого и почтенного возрастов.

* * *

В наследии гениев находят ответы на вызовы времени. Гиппократ-философ открыл и освоил тетравариант закона соразмерности практикой врача, учителя, исследователя и долгожителя. Здоровье и нездоровье человека и среды – частный случай всеобщего закона соразмерности. Закон – на замке высокого уровня сложности, и открывается он с помощью четырёх ключей:

Ключ **рассудка**. Неспешным и вдумчивым чтением отвлекитесь от суеты дня.

Ключ **воображения**. Оцените себя и среду с высоты новых знаний.

Ключ **воли**. Освойте тетравариант закона соразмерности по формуле $C=a+b+v+z$, где C — целое; a , b , v , z — части целого в абсолютных числах и процентах.

Ключ **действий**. Включите всеобщий закон соразмерности в уклад и образ **жизни**. Удачи!

Человек является частью среды. Среда внутриутробная и внешняя – места, где происходит обмен информацией, ритмами, энергией и структурами с генотипом (программой биоразвития человека). Соразмерность обмена между генотипом и средой имеет силу всеобщего закона. Генотип человеческой особи – «древо жизни» в среде (физической, живой, разумной, духовной). Здоровье «древа жизни» сохраняется, если обмен соответствует закону соразмерности. Нездоровье кроется в генетических сбоях или в приобретённых нарушениях закона соразмерности. Настоящая книга – о здоровье и нездоровье человека и среды в тетраварианте всеобщего закона соразмерности в дополнение к трём диалектическим законам начала XX века.

Закон **заданной** (врождённой и приобретённой) соразмерности.

- Закон количественно-качественных превращений.
- Закон единства и борьбы противоположностей.
- Закон циклического и спирального развития через отрицание отрицания.

Развёрнутое пояснение к четвёртому изданию

Здоровье и нездоровье нашей жизни нельзя рассматривать вне среды, ибо среда – целое, а человек – её часть. И человек, и природно-социальная среда взаимодействуют, обоюдно обладая той или иной соразмерностью подвижности и активности, чувствительности и стабильности.

Соразмерность – один из всеобщих законов. Тело человека является частью структур среды, физиология – частью её энергии, биоритмы – частью ритмов среды, психика – частью её информационной ёмкости. Уровни взаимодействия: физический, биологический, социальный и душевно-духовный. Вышеперечисленные части и свойства, уровни и качества человека и среды подчиняются всеобщим законам: соразмерности, количественных и качественных превращений, единства и борьбы противоположностей, циклического (спирального развития) через отрицание отрицания.

XX век дал толчок к изучению волновой природы развития. Волны разного рода – результат взаимодействия космоса, Земли, атмосферы и гидросферы. Волна в пространстве и времени характеризуется (как минимум): поступательным и возвратным движением, постоянным и переменным напряжением, фронтальным и объёмным распространением, спи-

ральной или циклической конфигурацией. В волнах развития физической, живой, социальной и человеческой природы скрыт философский смысл физики звёзд и квантов. Потoki структур, энергии, ритмов и информации из внешней среды человек воспринимает и перерабатывает, усваивает и отражает врождёнno заданной соразмерностью:

- остроты ощущений (зрение, слух, обоняние, вкус, осязание);
- параметров телосложения (масса, рост, размеры, форма);
- качеств психики (разум, чувства, эмоции и воля);
- сплава биоритмов (клеточных, органных, системных, организменных).

На **фундаменте** из сплава субклеточной (вирусной), клеточной (микробной), вегетативной (растительной) автономии построен **этаж** поведенческой (животной) психофизиологии, состоящей из ощущений, инстинктов, врождённых и приобретённых рефлексов, низших психических функций. «Здание» жизни венчает высшая (человеческая) психическая **надстройка**, состоящая из сознания и интуиции. В целом человеческая жизнь регулируется соразмерностью бессознательных, подсознательных, сознательных и сверхсознательных механизмов, а его деятельность ориентирована на удовлетворение физических, биологических, социальных и духовных потребностей.

Над удовлетворением потребностей одновременно рабо-

тают телесные (автономные) биоритмы и произвольные, если не сказать своевольные, ритмы высшей психики. Биоритмы тела и ритмы психики совместно управляют балансом обмена с физической, живой, социальной и духовной средой. Здоровье и нездоровье определяются соразмерностью взаимодействия внутренних (врождённых и приобретённых) и внешних (природных и социальных) факторов.

Примечание. Произвол запросов высшей психики только в воображении может «прыгнуть» выше биофизических пределов организма. Правда и в том, что скрытые резервы организма в экстремальных ситуациях зачастую поражают воображение.

Системная соразмерность и разделяет на части, и объединяет в целое человека (его телесность, физиологию, биоритмы и психику) и среду (её структуры, энергию, ритмы и информацию).

Эссе, посвящённое грядущему в 2040 году 2500-летнему юбилею Гиппократата (для коллег и широкого круга читателей)

Идея, рождённая Гиппократом, раскрыта в силу возможностей автора. **Слово, воля и дело** по включению Гиппократата в число основателей тетрадиалектической философии в сфере медицины, естественно, остаётся за читателем. Запас времени до юбилея есть.

Тема книги построена на знаменитом афоризме Гиппократата. Афоризм оказался «самородком в золотой россыпи» его трудов. Возникло и нарастало императивное, на грани «сверхценной идеи», желание поделиться с людьми своим пониманием актуальности афоризма для нашего времени.

Что же через тетрасоразмерность афоризма автор выносит на читательский суд?

1. Главное: здоровье и нездоровье человеческой жизни и среды отображено в **тетраварианте** всеобщего закона соразмерности.

2. Заявлено, что всеобщий закон соразмерности носит диалектический характер и превращает триаду законов диалектики Гегеля в тетраду.

3. Отмечено, что всеобщим законам диалектики подчиняется развитие религий, философии, наук и искусств, плодами которых питается быт.

4. Подтверждено, что материя и её законы познаются сознанием.

Лицевая сторона на историческом полотне человеческого познания вышита гладью узоров открытий и находок, а изнаночная – в узлах разочарований и заблуждений. Борьба неразрешимых противоречий между философией идеализма, материализма, рационализма и эмпиризма и течениями внутри них носит диалектический характер. Над баталиями философов не замораживается быт. На вечную философскую дилемму: «Что было раньше: курица или яйцо?» – народ в годы дефицита нашёл оригинальный ответ: «Раньше было всё: и куры, и яйца».

Тем не менее за горизонтом реального мира люди тетрамерностью инстинктов, рефлексов, разума и интуиции ощущают необозримые и неизмеримые бесконечность, вечность, покой и бестелесность. Знающие знают, что яйцо зарождается в курице (тезис), а зародыш курицы есть в яйце (антитезис). Учёные открыли в яйце и курице общую генетическую идею (синтез). Они же, наблюдая зарождение, вынашивание, откладывание яиц и высиживание курицей потомства, отнесли её к классу птиц (анализ). Курица, изначально элемент биосферы, геосферы и гелиосферы, одомашнена и встроена в социосферу. Вывод: в курице и яйце – тайна

Творца Вселенной.

Закон соразмерности пространства, времени, движения и материи Солнечной системы и Вселенной дополняет триаду законов диалектики Гегеля до тетрады. Диалектикой – квинтэссенцией (пятой сущностью) от суммы четырёх законов – объясняется «всеобщее движение и развитие».

Гиппократ-философ завёл автора в «трясину» философии. Студенческий багаж знаний позволяет судить о диалектике так же смело, как судил о шахматах и коллегах по игре «гроссмейстер» Бендер в знаменитой лекции о «Плодотворной дебютной идее» в романе «Двенадцать стульев».

Тетрадиалектика «всеобщего движения и развития» вписалась в теорию и практику физики частиц, волн, полей, вакуума. Смысл слова «диалектика» прошёл тетратрансформацию. Первоначально так называли бытовую способность говорить, изъясняться, затем – философское «искусство рассуждать, вести диалог».

Диалоги философов Древней Греции, диспуты в Древнем Риме распространились в понятии публичного учёного спора. В диалогах и диспутах философы использовали соразмерность и ассоциативность наглядного, образного, логического и абстрактного мышления.

Вместо вступления

О чём и для кого четвёртая книга с чуть подправленным заглавием? Какие цели увидит массовый и избранный читатель и каким путём сможет их достичь? Авторский труд – результат длительных и отчаянных усилий по раскрытию смысловых глубин знаменитого афоризма древнегреческого гения. Трудно было представить, что заложенный в афоризм тетрапринцип скрывает четыре типа всеобщего развития: прямолинейный с ответвлениями или без, криволинейный (циклический, волновой и спиральный). Здоровье и нездоровье человека и среды представлено в тетраварианте закона соразмерности.

Пример тетрасвязей по горизонтали и вертикали (жирный шрифт):

Человек с индивидуальностью телосложения, физиологии, биоритмов и психики.

Среда, состоящая из физических, живых, социальных и духовных компонентов.

Взаимодействие человека и среды: здоровое (З), нездоровое (Н) З-З, З-Н, Н-З, Н-Н.

Результат: различия в продолжительности, качестве, ритме и интенсивности жизни.

Четыре простых вывода

1. Здоровье – важнейшее условие жизни, нездоровье – одна из личных и социальных проблем.
2. На здоровье и нездоровье влияют: наследственность, среда, образ жизни, обстоятельства.
3. Здоровье расширяет, а нездоровье сужает круг человеческих возможностей.
4. Нет сомнений в вечной актуальности мер по оздоровлению человека и среды.

Выпуск четвёртого издания связан в первую очередь с ростом авторского понимания темы, во вторую – с интуитивной надеждой на более широкую популярность книги. На третьем месте – мечта о внедрении тетрапринципа в наш быт. Наконец, четыре издания – опыт четырёх циклов работы над словом.

А речь пойдёт о **соразмерности**. Гиппократ-врач первым заявил о соразмерности здоровья и нездоровья человека и среды в природно-оптимальном тетраварианте. Гиппократ-философ первым разглядел в соразмерности всеобщность, претендующую на диалектическую закономерность.

Соразмерность человеку и среде задана и работает независимо от сознания. Сознание своей соразмерностью активности и реактивности, подвижности и стабильности встраивает человека в физическую, живую, социальную и духовную

среду. Для познания себя и окружающей среды, копирования природной соразмерности и создания собственных шедевров и шаблонов, заблуждений и химер человеку задана та или иная соразмерность телосложения, физиологии, биоритмов и психики. Темперамент (тетравариант закона соразмерности) открыт ещё Гиппократом. У тетрасоразмерности есть статус всеобщего закона и приоритет в рейтинге соразмерностей с другим числом составляющих. Закон – судьбоносный для всех. Осваивайте, люди! Но не всё так просто. Все люди – пешеходы, плюс многие имеют какое-либо транспортное средство. А как обстоят дела с **жизненно** важными знаниями, умениями, навыками в отношении правил дорожного движения? Увы! Слабо помогает и чужой, и даже свой горький опыт дорожно-транспортных происшествий.

Расчёт на отклик «по велению души и зову сердца» пока не оправдался. Мало комментариев в просмотрах книги на сайте. Не проявили энтузиазма рецензенты. Отмолчалась большая часть родных, друзей, знакомых и незнакомых, получивших второе или третье издания в подарок. Причин – тьма. Гиппократ «не в тренде» или качество изложения темы хромает? Руки не дошли до книги или книга – до ума? Есть молчуны по жизни. Одни хотят, но не могут делиться мыслями, другие могут, но не хотят. Итак, четвёртое «письмо». Адрес тот же: «На деревню дедушке». Что это: наивность, глупость, вера, прозорливость? Время покажет.

Спрос на книгу диктуется не только внутренней потреб-

ностью. Стимулируют спрос четыре внешних фактора: качество и актуальность продукта, авторитетная реклама и ценовая доступность. Приобрести готовый продукт – одно, «переварить» – другое. Без пытливого и упорного труда над непростой темой «звёзды не сойдутся».

Тетрасоразмерность, включённая в обыденность, – стандарт и норма, общий знаменатель и оптимальный принцип подхода к решению множества проблем. Дорогостоящая способность не спешить с выводами при общении и чтении. Легко ли фиксировать и отслеживать природно-социальное разнообразие и сущность того, что нас объединяет и разделяет? По Протагору, человек есть мера всех вещей, поэтому даже в общем **информационном поле** однозначного и безвариантного **единомыслия** в массовом сознании в принципе быть не может. Чаще бывает расклад положительных, отрицательных, двойственных и нейтральных оценок: «сколько людей – столько и мнений», «каждый судит со своей колокольни». Полную свободу разномыслию обеспечивает тайное голосование. Исполняются решения, принятые большинством. А массовое **единодушие** – это вообще крайне редкое явление.

Автор со своей индивидуальностью восприятия чуть-чуть знал о Гиппократе, ещё будучи студентом. Только во второй половине жизни был прочитан перевод В. И. Руднева «Гиппократ. Избранные книги». Особое внимание привлекли трактаты «О природе человека» и «Афоризмы», а из них

первый – самый известный. Перечитывая и анализируя афоризм с высоты прожитых лет и накопленных знаний, автор отметил в нём соразмерность четырёх условий. Долго шёл от истока по руслу, примеряя число условий к темпераменту. Неожиданно, как река в море, вышел на оперативно-стратегический простор закона соразмерности с его неисчерпаемостью. Тема, естественно, расплылась, но её вектор, а это тетравариант закона соразмерности, стал путеводителем в информационном море.

Если вдруг наберётся «критическая масса» читателей и запустится «цепная реакция» спроса на книгу, то можно рассчитывать на резонанс и диссонанс с темой, на разномасштабность оценок. Не исключена и скандальность. Даже в инертной среде периодически возникают энергетические волны борьбы разных мнений.

Новые горизонты открыл вояж на греческий остров Кос – родину Гиппократ. Автор утвердился в понимании, что в философских диалогах Гиппократ использовал язык философии, с коллегами говорил языком медицины, с больными общался их языком, а для широкой публики употреблял язык афоризмов.

Краткие выразительные изречения легли в основу книги. В подборе и согласовании с темой, ретрансляции и толковании афоризмов скрыта авторская позиция. Она прячется в тени, отбрасываемой великими умами.

Сознание людей может отслеживать поверхностные и глу-

бинные, явные и межстрочные смыслы текста (темы). Предполагается четыре результата от чтения книги, схожих со стрельбой в мишень. В десятку – созвучность. В круг – согласие. В молоко – серость. Мимо – неприятие. Цели и темы, мелкие и близкие, – это ширпотреб. Крупные и близкие – гарантированная удача, а мелкие и далёкие – напрасная трата патронов и времени. Для большой, но далёкой цели нужен опытный стрелок, а для сложной и неоднозначной темы – специалист-эксперт.

Гиппократ родился в 460 году до нашей эры. 2500-ле – тие – в 2040 году. Заблаговременное посвящение книги юбилею Гиппократа и значимость темы видятся долгоиграющими.

Даже приняв тетрапринцип закона соразмерности разумом, надо ещё перестроить под него своё мышление, перевести его в практическую плоскость, оценить эффект нового подхода к реальности. От знаний – к умениям, навыкам и опыту. Лучшим отзывом экспертного уровня будет труд и путь читателя к четырёхмерному укладу и образу жизни. Во все времена полезно чётко формулировать мысль, оттачивать речь, взвешивать решения, выверять действия.

Есть люди, которым везёт. Неважно, прочувствованы или осознаны, угаданы или просчитаны зигзаги удачи. Дар судьбы, когда природное и социальное своеобразие человека рождается и развивается в оздоровительном и гармоничном созвучии со средой. Судьба не только дар, но и кара за грехи. Помыслы и дела рано или поздно распознаются, а их свя-

тая или греховная сущность – зачастую за пределами нашего видения и понимания. Отсюда вера в Высший суд. Кого-то на генном уровне грех пугает, кого-то – притягивает. Кто-то грешит и кается, кто-то числит себя безгрешным или, упаси боже, непогрешимым.

Создатель и природа наградили автора «среднекостным» телосложением и суточными биоритмами «жаворонка». **Физиология** – с обострённостью «чуйки» меланхолика, избытком «нордических» свойств флегматика, недостатком «бойцовских» качеств холерика и почти полным отсутствием «ртутной» подвижности сангвиника. **Психика** –

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.