

8. Groshenkov S.S., Lyassotovich S.H. O prognoze perspektivnykh sportshenov po morfofunktsionalnym pokazatelyam // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. – 1973. - №9 – s.39-43.
9. Guzhalovskiy A.A. Sistema otbora yunyykh sportshenov. – Minsk.: Belorus. In-t fiz. Kult., - M. – 1975. - 47s.
10. Guzhalovskiy A.A. Problemy teorii sportivnogo otbora// Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. – 1986. - № 8. – s.24-25.
11. Zheleznyak Yu.D. K masterstvu v voleibole. - M. Fizkultura i sport. 1978-224s.
12. Zheleznyak Yu.D. Yunyy voleibolist. - M.: FiS, 1988. -182 s.
13. Zuzova A.K. Dinamika skorostno-silovykh pokazatelyakh nachynayuykh voleibolistov // Problemy nauchno-metodicheskogo obespecheniya podgotovki sportivnykh rezervov: Materialy respublikan'skoy nauchno-metodicheskoy konferentsii. Minsk. - 1986. - S. 23-27.
14. Klezhev Yu.N., Furmanov A.G. Yunyy voleibolist. - M.: Fizkultura i sport, - 1979. - S.229.
15. Linec M.M. Osnovy metodiki rozvittku ruhovykh yakostey. - L'viv. "Shtabar" - 1997. - 207 s.
16. Chenegin V.M. Fizicheskoe razvitiye i polovoe sozrevaniye yunyykh sportshenov. – Volgograd, - 1991. – 78 s.

**Ю.М. ПАНИШКО, І.В. ПАНАСЕНКО, В.І. КОВЦУН,
Р.С. КОЗІЙ, В.В. ТАРАСОВ
ЗДОРОВ'Я І ФЕНОМЕН ІНЕДІЇ (ЖИТТЯ БЕЗ ЇЖІ)**

Стаття присвячена проблемі життя без їжі.

Стаття посвячена проблемі життя без їжі.

The article is devoted the problem of life without a meal.

Перш, ніж говорити про життя без їжі, необхідно нагадати про такі поняття з біології як автотрофісність та гетеротрофісність.

Поява на Землі живої речовини і формування білково-нуклеїнових структур прокариотів та еукариотів, а також їх подальша еволюція до більш складних систем реалізовувалось в двох напрямках.

Одні організми, використовуючи космічні потоки енергії та інформації, відтворювалися і еволюціонували як автотрофи, тобто синтезували з неорганічних речовин за допомогою енергії сонця необхідні для життя органічні речовини.

Автотрофи – це зелена жива речовина планети, в хлоропластах якої реалізується синтез органічної речовини.

Автотрофісність, пов'язана із засвоєнням сонячної енергії, називається *автотрофісністю першого роду*. Автотрофісність створює умови для появи на Землі організмів, що харчуються органічними речовинами. Такі організми називаються гетеротрофними. Людина є класичним гетеротрофом, бо використовує для свого життєзабезпечення і рослину, і тваринну їжу і прекрасно засвоює сонячні космічні випромінювання.

Виявляється, що програма життя клітини людини містить декілька варіантів розвитку: “в наших клітинах постійно існують поряд з гетеротрофними процесами автотрофісні процеси – клітини тіла, нейрони, засвоюють спінорно-торсійні, ефірні та інші потоки, асимілюють їх.

Автотрофісність другого роду. До них відноситься вся сукупність живої речовини, яка використовує космічні потоки, випромінювання простору Козирева з невідомими

людству законами. Дивним прикладом автотрофів другого роду є історія декількох осіб, про яких ми маємо можливість повідомити в цій статті.

В Австралії живе дивна жінка Елен Грев, що походить з норвезького роду і має духовне ім'я Джасмухін. Їй близько 50 років. Протягом 20-ти років Джасмухін була вегетаріанкою, а з 1993 р. взагалі не приймає ніякої їжі і харчується за рахунок енергії світла, засвоюючи її шляхом “життєвого дихання”. Особливим піклуванням Джасмухін є боротьба з голодом. Вона навчає людей харчуватися енергією світла. У 1993 р. в неї було лише декілька десятків послідовників, тепер їх нараховується декілька тисяч.

На різних семінарах вона розповідає слухачам про 3-тижневий процес адаптації організму до такого стану, коли харчування проходить лише за рахунок “прани”. Протягом перших двох місяців голодування людина відчуває слабкість, але потім сили відновлюються. На першому етапі необхідно перейти на вегетаріанську дієту і практикувати очищення організму. На одному з семінарів виступала послідовниця Джасмухін, симпатична дама, яка заявила, що вона з 1999 р. почала повторювати шлях Джасмухін, пройшла 21-денний курс очищення організму. Ця жінка на ім'я Каміла не вживає їжі протягом 9 місяців і почувається дуже добре, хоча їй вже 79 років.

Бразилець Кордейру да Сілва з дитинства нічого не їв, зберігаючи міцне здоров'я. Двічі був одружений, мав 23 дітей, нічим не хворів. Інколи ранком випивав стакан соку манго з молоком. Прожив понад 80 років.

Більш детальна інформація міститься в пресі про Хіру Ратана Манека, мешканця штату Керала (Індія). Народився Хіра Ратан Манек у 1937 р. Став інженером-механіком з доброю службовою кар'єрою. Але від життя великого задоволення не було. У 1962 р. випадково (?) відвідав Ашрам Шрі Ауробіндо в Пондічері. Послідовниця Шрі Ауробіндо сказала йому, що “що він повинен нести на землю сонячну енергію, щоб допомогти Вищому розуму зійти на людство”. Через деякий час він почав помічати, що їжі йому потрібно все менше, а енергії стає більше. Раптово він зрозумів, що сонячну енергію потрібно направляти безпосередньо в мозок через очі.

Особливостями організму ХРМ (аббревіатура прізвища Манека) зацікавилася група медиків з Інституту багаточільової терапії при Міжнародному центрі здоров'я (м. Ахмедабад), а також спеціалісти Джайністської асоціації лікарів, які спостерігали за здоров'ям “сонцеїда”.

В першому експерименті Х.Р. Манек не вживав їжі 211 діб, втратив 41 кг ваги тіла, рівень глюкози в крові впав до 41 мг%. Через деякий час Манек погодився взяти участь в повторному голодуванні тривалістю 365 діб. Але коли рік минув, він вирішив голодувати далі і прожив без їжі 411 діб. Експеримент завершився 14 лютого 2001 р. Весь цей час Манек вживав лише кип'ячену воду (з 11 до 16 години). Всі показники функціональних систем організму були в межах норми. Вченим відомо, що відбувається з організмом при тривалому голодуванні. Спочатку організм людини використовує вуглеводи, потім починають “спалюватися” жири, далі – протеїни, життєві параметри починають зменшуватися і через 8-10 тижнів виникає загроза фізичному існуванню. У випадку з голодуванням Х.Р. Манека нічого подібного не спостерігалось. Зберігалось добре самопочуття, якість мислення.

Які ж пояснення цьому феномену?

При хронічній адаптації до голоду (після 16-30 діб) метаболізм організму суттєво сповільнюється. Клітини організму отримують лише кисень та воду. Центри голоду в мозку гальмуються, а центри насичення – активізуються. Людина пристосовується до цього стану і веде нормальну діяльність, витрачаючи лише 500-600 калорій на добу.

Висувається гіпотеза, що прийомом енергії через очі керує шишкоподібна залоза – маленький орган, що має розміри 6 x 8 мм. За рахунок мелатоніна регулює циркадні ритми, цикли сну та бадьорості, сповільнює процес старіння, затримує ріст на метастазування пухлин. Розміри шишкоподібної залози у Манека виявилися дещо збільшеними – 8 x 11 мм. Лікар Судхір Шах висловив сподівання, що в даному випадку з Манеком можливо виключення механізму рецепторної регуляції.

Відомо, що в світі понад 25000 людей практикують вправи “оглядання сонця”.

Дуже важливою є методика “споглядання сонечка”. Починають з 5 сек і поступово доводять “споглядання” (через 3 місяці – до 10 хвилин, через 6 місяців – до 15-20 хв). Після подолання бар’єру в 15 хвилин, людина звертає увагу на поступове згасання апетиту. Дуже важливою умовою є внутрішній настрій: промені сонця містять весь спектр райдуги – відбувається світло- і кольоротерапія. Віра в те, що хвороби відступають, а космічна енергія “заряджає” весь організм допомагають ліквідувати стресові стани, вирішити багато життєвих проблем, щезають фізичні хвороби. Через 270 днів можливо споглядати сонечко вже 44 хвилини. Автори методики особливо наголошують, що 44 хв. є межею (!) для організму. Потреба в їжі щезає повністю, відчуття голоду зникає назавжди. Відкриваються нові можливості: здатність до візуалізації образів або станів, здатність бачити ауру. Як вважають індійські дослідники, сонячна енергія проходить шлях від очей до мозку і далі до кожної клітини. Коли заряджаються усі клітини, потреба в регулярних сеансах відпадає. Існує потреба лише “підзарядки”, яка відбувається при щоденній прогулянці босоніж протягом 40-45 хвилин.

Його дружина Вільма розповідає: “Кожний вечір він протягом години дивиться на Сонце. Це і є його основна їжа. Інколи п’є каву, чай або іншу рідину”.

Зі слів Х.Р. Манека він особисто знає в Індії 17 людей, які не приймають їжі понад 5 років, а декілька чоловік вже не харчуються понад 20 років; всього у світі таких людей понад 200.

В книзі О. Ключова “Хождение в вечность” розповідається про феномен Зінаїди Баранової, яка з весни 2000 року почала жити без їжі та води. Протягом двох років вага тіла стабільна (73 кг). З 1993 р. перейшла на чисте вегетаріанське харчування. З 1997 р. перейшла на водно-бульйонний режим харчування. Коли гості запитали З. Баранову, з чого все почалося, вона відповіла: з бажання оздоровитися.

Протягом короткого часу втратила багатьох близьких людей. Життя втратило привабливість, почалися захворювання. З часом лікарі дали другу групу інвалідності. Випадково ознайомилася зі статтею про Порфирія Корнійовича Іванова, захопилася за його систему “Дитинка”, почала виконувати його поради. Відновила своє здоров’я, ознайомилася з книгами Малахова з очищення організму, почала цікавитися духовною літературою. З жовтня 1993 р. відмовилася від м’ясної їжі, а потім і від риби. Перейшла на овочеві салати. Почала читати Ісусову молитву по три рази на кожну негативну думку. Очищалася від “сміття”, яке накопичувалося в душі ціле життя. Те, що відбулося, не можна назвати сухим голодуванням. Це скоріше – альтернативне харчування – живлення первинною енергією. А сталося це 26 березня 2000 р. В голові з’явилася не моя (З.Б.) думка. “З цього дня ти можеш не їсти тверду їжу”. А 18 квітня знову з’явилася не моя (З.Б.) думка “З цього дня ти можеш не пити воду”. Вона перестала відчувати запах їжі. На момент інтерв’ю З. Барановій виповнилося 69 років, хоча лікарі оцінили її стан здоров’я на тридцять років.

Власним прикладом вона хоче показати, що перехід на автотрофне харчування є можливим.

ЛІТЕРАТУРА.

1. Белімов Г. Життя без їжі // За вільну Україну. – №6, 12 лютого 2009 р. – с. 15.
2. Белімов Г. Життя без їжі // За вільну Україну. – №8, 26 лютого 2009 р. – с. 15.
3. Ключев А.В. Феномен Зинаиды Барановой: три года без пищи и жидкости // Ключев А.В., Хождение в вечность. – М.: ООО “Издательство Пилигрим Пресс”, 2005. – С.196-218.
4. Непомнящий Н.Н. Джасмухин, питающаяся светом // Н.Н. Непомнящий. 100 великих феноменов. – М.: Вече, 2007. – С.124-127.
5. Непомнящий Н.Н. Хира Ратан Манек: тот, кто питается солнечным светом // Н.Н. Непомнящий. 100 великих феноменов. – М.: Вече, 2007. – С.234-242.
6. Тихоплав В.Ю., Тохоплав Т.С. Автотрофность и гетеротрофность // Новая физика Веры. Спб.: Крылов, 2007. – С.293-304.