



Александр Введенский

**Христианский пост и
современная медицина**

«Наследники»

Введенский А. П.

Христианский пост и современная медицина / А. П. Введенский —
«Наследники»,

ISBN 978-5-457-12257-4

«В последнее время все чаще и чаще, все громче и настойчивее раздаются такие речи и такие суждения о христианском посте: «Зачем пост? Ведь не то оскверняет человека, что входит в уста, а то, что выходит из уст, так что пост сам по себе не имеет никакой силы и никакого значения. Кроме того, он чрезвычайно вреден для человеческого организма. Это все видят, все чувствуют. В последнее время даже наука путем многочисленных данных доказала, как дважды два – четыре, что пост – анахронизм, что он – бессмысленное и вредное для человеческого здоровья установление». Так говорят, так пишут, так думают. Теперь посмотрим, насколько основательны подобного рода ссылки на науку как на союзницу в борьбе с церковным установлением. Проверим, действительно ли научные силы враждебными глазами смотрят на христианский пост и отрицают всякое его достоинство и значение...»

ISBN 978-5-457-12257-4

© Введенский А. П.
© Наследники

Протоиерей Александр Введенский

Христианский пост и современная медицина

Пособием при составлении настоящего очерка послужили книги и статьи:

1. Д-р Зеланд. Счастье и здоровье. М., 1895 г.
2. И. Мечников. Этюды о природе человека. М., 1905 г.
3. И. Мечников. Этюды оптимизма. М., 1909 г.
4. Проф. Рихард Гертвиг. О причине смерти. «Русское Богатство», декабрь.
5. М. Платен. Новый способ лечения, т.1. Пер. Каврайского. СПб.
6. Лев Эрато-Слуцкий. Культ жизни. Киев, 1912 г.
7. Суворин – Алексей Порошин. Новый человек. СПб., 1913 г.
8. Проф. В.Ф. Чиж. Психология наших праведниковъ. «Вопросы философии и психологии», сентябрь–ноябрь 1906 г.
9. Д-р Пясковский. Христианский пост с медицинской точки зрения. Москва.
10. Садиков. Пища будущего. Русское Богатство XII, 1912 г.
11. Д-р Ясиновский. Об альбуминизме. Киев, 1910 г.
12. Д-р А. Хейг. Диета и пища.
13. Бекетов. Питание человека в его настоящем и будущем. М., 1903 г.
14. Проф. Мунк. Питание масс.
15. Д-р Ф. Гуро. Что надо есть. Пер. Красильниковой СПб., 1911 г.

В последнее время все чаще и чаще, все громче и настойчивее раздаются такие речи и такие суждения о христианском посте:

«Зачем пост? Ведь не то оскверняет человека, что входит в уста, а то, что выходит из уст, так что пост сам по себе не имеет никакой силы и никакого значения. Кроме того, он чрезвычайно вреден для человеческого организма. Это все видят, все чувствуют. В последнее время даже наука путем многочисленных данных доказала, как дважды два – четыре, что пост – анахронизм, что он – бессмысленное и вредное для человеческого здоровья установление».

Так говорят, так пишут, так думают.

Теперь посмотрим, насколько основательны подобного рода ссылки на науку, как на союзницу в борьбе с церковным установлением. Проверим, действительно ли научные силы враждебными глазами смотрят на христианский пост и отрицают всякое его достоинство и значение.

Это необходимо сделать, потому что подобные суждения смущают православных христиан, подрывают у них веру в спасительность и разумность данного церковного установления и тем ведут к уничтожению старого доброго христианского обычая.

Подойдем ближе к вопросу.

Христианский пост, как известно, имеет несколько степеней. Церковь предлагает в некоторые дни совсем воздерживаться от пищи и питья. Это так называемый абсолютный пост.

Далее, церковь разрешает одно только сухоядение, т.е. употребление хлеба и овощей без варева и масла или же растительную пищу с маслом.

Наконец, церковь позволяет употреблять в пищу и рыбу.

* * *

Особенно сильному критическому обстрелу со стороны «здравомыслящих людей» и самозванных служителей науки подвергся так называемый абсолютный пост.

«Помилуйте, – говорят обыкновенно противники христианского поста, это Бог знает что! Это не пост, а медленное и верное самоубийство, ибо организм без толку истощается, силы бесполезно уплывают, здоровье – так редкое в наши дни – тает не по дням, а по часам. И человек медленно стопою приближается к могиле. Пост в смысле только воздержания – от мяса, рыбы или чего-нибудь другого – это еще куда ни шло. Это мы еще понимаем. Но сплошное голодание, длящееся иногда по целым дням, а то и неделям – это безумие, это варварство, это ужас».

Так долгое время говорили. По крайней мере целые века и даже тысячелетия. И под влиянием таких речей и рассуждений доверие к Церкви пало, вера в целесообразность и разумность рекомендуемых ею для спасения мер угасла. Все стали глумиться над постом, почти все ели скоромное. А кто еще, будучи верным сыном Православной Церкви, соблюдал посты, над тем смеялись, того вышучивали, вовсе забывая главное правило наших культурных дней – с уважением относиться к убеждениям решительно всех людей, будь то родители, друзья, знакомые, враги и недоброжелатели.

Но так было. Теперь же, слава Богу, не то. Теперь резко изменилось отношение докторов, ученых, профессоров и просто образованных людей к абсолютному христианскому посту. Теперь все стали поговаривать о том, что и такой пост имеет благодетельное значение для человека, что и эта церковная мера в высшей степени плодотворна и разумна, что и этот старинный, казалось, почти совсем отживший обычай не только может, но даже должен культивироваться в нашей стране, в наше время, и чем шире, тем лучше.

В виду того, что эта вековая и для убежденных христиан абсолютная истина и доселе звучит еще для некоторых парадоксально, и мы постараемся возможно долее остановиться на ней и возможно сильнее аргументировать ее, чтобы хотя немного рассеять тот густой мрак невежества, который долгое время окутывал ее.

Вот примеры, весьма красноречивым образом говорящее в пользу строгого церковного поста.

Недавно в «Contemporary Review» появилась статья известного американского писателя, автора «Джунглей» Уптона Синклера.

Синклер годами страдал от головных болей, склонности к простудам и целой дюжины иных больших и малых болезней, на которые обречена наша плоть. Никакие средства не помогали. Наконец, по совету одной больной, выздоровевшей от поста, он стал изучать вопрос о посте, читал все, что только попадалось ему под руку и в конце концов сам решился испытать его на себе.

Он так описывает свои ощущения при этом.

«Я чувствовал сильный голод в течение первого дня, болезненный, алчный голод, который знают все, страдающие дурным пищеварением. На следующее утро голод чувствовался слабо, а далее, к моему величайшему удивлению, никакого голода – никакого интереса к пище, как будто я никогда и вкуса ее не знал!

Ранее этого поста, в течение двух или трех недель, у меня болела голова ежедневно. Боль эта продолжалась в первый день поста, потом исчезла и более уже никогда не возвращалась. Я чувствовал себя очень слабым на второй день, а когда встал утром, испытал легкую дурноту. Я вышел в сад и пролежал на солнце, весь день читая. То же было и на третий день и на четвертый – большая физическая слабость, но зато большая ясность ума.

После пятого дня я почувствовал себя сильнее, прогулялся и начал кое-что писать. Ничто из ощущений этого опыта не поразило меня более, чем деятельность моего ума, я читал и писал более, чем я мог позволять себе это когда-либо в последние годы.

В первые четыре дня я потерял 15 фунтов в весе, затем в течение следующих восьми – только два фунта. Спал я в течение поста хорошо. К середине каждого дня я чувствовал слабость, но массаж и холодный душ освежали меня.

Под конец я стал испытывать при ходьбе большую усталость в ногах и, не желая ложиться в постель, на двенадцатый день прекратил свой пост соком одного апельсина.

В течение двух дней я выпил рок двенадцати апельсинов и затем перешел на молочную диету, рекомендуемую Макфодденом. Ткани питались в питательной влаге и последовало необычайное возрождение организма. Я прибавился в весе на четыре с половиной фунта в один день – на третий – и всего прибавился весом на двадцать два фунта в 24 дня.

Общий результата был таков.

Я всегда был худощав и имел нездоровый цвет лица – в нем друзья видели выражение «духовности». Теперь я стал кругл и так розов и румян лицом, что надо мною знавшие меня ранее смеялись...

Синклер кончает свою статью указанием на лиц, которые страдали разного рода болезнями и с успехом испытали на себе лечение голодом, и заключает: «Я смотрю на лечение голодом как на средство, данное самою природой, против всех болезней».

По поводу этой статьи лондонская газета опросила ряд врачей, которые тоже высказались в пользу целебного значения абсолютного голодания. Так, один из докторов рассказал, что однажды к нему пришел молодой испанец. Он жаловался на внутренние боли, мучившие его еще с детства, и кожа его была очень темного цвета, так что это невольно бросалось в глаза. Я посоветовал ему лечиться голодом. Через несколько недель я встретил его и едва узнал. Он был олицетворением здоровья. Он был бодр и крепок. Глаза блестели, язык был чист и пульс нормальный. Но, что самое удивительное, кожа его стала гораздо светлее. Он постился 15 дней и пил только дистиллированную воду».

Доктор рассказал еще известный ему случай с одним рабочим в Канаде, который заболел опухолью, постился шесть недель, работая все время, и совершенно излечился.

«Я, – заключил доктор, – признаю голод весьма сильным лечебным средством, чрезвычайно ценным во многих болезнях».

Американский доктор Дьюи сообщает целые ряды случаев, когда голод приводил к излечению по-видимому безнадежных болезней. Правилom Дьюи было – начинать пост для больного при первых признаках плохого аппетита и давать есть, лишь когда новое пробуждение аппетита возвестит о прекращении болезни. Пост помогал против самых различных страданий. Вот случаи, бывшие в его практике.

37-дневное голодание. Девушка много лет страдала тяжелым расстройством пищеварительных органов, а также всевозможными нервными недомоганиями и почти ежедневной головной болью. На 36-е сутки поста она могла отправиться к зубному врачу и без боязни дала вырвать зуб. На 38-й день, потеряв 20 фунтов в весе, с появлением аппетита она вновь стала принимать пищу и с этой поры ее оставили все недуги.

45-дневное голодание. Девица К., 25 лет, тяжело болела нервами и меланхолией. Все врачи предписали ей укрепляющий стол и покой. В лечебнице для душевнобольных ее заставляли есть по пять раз в сутки; несмотря на это, за десять недель состояние ее духа не улучшилось, и она оттуда выписалась даже еще в худшем положении, чем поступила. Тогда она решила испробовать лечение голодом. Первые 10 дней поста она провела в постели, на 11-й она могла полчаса погулять, на 24-й не ощущала усталости, она была в состоянии довести свою прогулку до 8 английских миль (15 верст), а далее проводила на ногах целые полдня, больше, чем когда была здоровой. День ото дня она чувствовала себя душевно све-

жее и веселее. Обманы чувств и головокружения прекратились и казалось, что ее подняла волна новой жизни. На 45-й день появление сильного аппетита возвестило о конце лечения. За это время вес ее убыл только на 20 фунтов. Год спустя она уведомила доктора Дьюи, что состояние ее здоровья превосходно, вес тела ее увеличился на 24 фунта и что она более не нуждается в очках, которые носила 14 лет.

50-дневное голодание. 57-летний мужчина получил водянку, так что не был в состоянии ни лежать, ни ходить, мог только в кресле сидеть. Так как врачи не могли помочь ему и смерть стояла за его спиной, то он рассудил, что ничего не потеряет, если предпримет лечение голодом по Дьюи, о котором он слышал. И в этом случае желание есть исчезло через сутки. Через три дня он мог подыматься по лестнице своего дома и следующую ночь спал спокойно. На одиннадцатый день он вышел на прогулку. Через три дня водянка исчезла и силы его постоянно прибывали. Лишь только на 50-й день появился вновь аппетит. Никогда до сих пор он не чувствовал себя таким здоровым и так хорошо, как после этого лечения. Вес тела упал с 209 до 133 фунтов.

60-дневное голодание. Это самый удивительный случай, о котором сообщает доктор Дьюи. 65-летний крепкий мужчина предпринял голодание в виду страданий гортани и бронхов. Недели проходили, а аппетит не восстанавливался. Даже казалось, что в органах пищеварения развилась какая-то болезнь. Доктор Дьюи уже сам стал опасаться за дурной исход опыта. По прошествии 50 дней обнаружилась тошнота и рвота. Знакомые больного уже давно стали упрекать доктора Дьюи, и к больному был приглашен другой врач, «знаменитость». Прописанные им пища и лекарства, однако, извергались со рвотой, и каждый новый прием пищи вызывал сильные боли. Тогда голодание было предоставлено своему собственному течению. В день последней рвоты явился нормальный позыв на еду, и это было шестидесятым днем голодовки. Полное выздоровление и юношеское чувство сил явилось результатом лечения. Все время пациент сохранял ясное сознание и, будучи убежден в действительности и безопасности голодания, противостоял натиску со стороны своих знакомых, настаивавших на прерывании лечения.

Доктор Меллер, доводивший продолжительность поста некоторых своих пациентов до 60 дней, так описывает общее течение многодневного голодания.

«Язык сильно обложен, дыхание чрезвычайно зловонное, болезненные симптомы часто проявляются в усиленной степени, причем старые, казалось, совсем исчезнувшие, расстройства обнаруживаются вновь. Болезненные явления принимают критический, временами кризисоподобный характер. Выделительные органы усиленно работают. Увеличивается выделение мокроты. Опорожнения кишечника становятся критического характера. Но прежде всего моча делается очень густой и мутной и она часто сверх нормы содержит ураты (соединения мочевой кислоты). Одновременно замечается перемена в болезненном состоянии. Несмотря на голодание, силы часто прибывают, так что больные могут предпринимать с каждым днем все более и более продолжительная прогулки. Состояние возбуждения пропадает. Мрачные мысли оставляют. Возбужденное сердце успокаивается. Исчезают в течение немногих дней, точно по мановению жезла, водяночные опухоли, затрудненное дыхание, сердечная тоска, а равно связанная с этим бессонница, каковые явления вызываются сердечною слабостью и сужением круга кровообращения, вследствие его загромождения мочевою кислотой. Наблюдается улучшение цвета крови и появление сильного и здорового аппетита. И при всем этом, всегда полная ясность и свежесть сознания».

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.