

# СЕМЕЙНАЯ КНИГА ЗДОРОВЬЯ

**Искусство познания заболеваний**

**Познание тайн лечения:**

- фитотерапия
- ароматерапия
- сокотерапия
- термотерапия
- хромотерапия
- гидротерапия
- гомеопатия
- массаж
- акупрессура
- народные методы

**Искусство быть счастливым и здоровым**

**Познание тайн ... вечной молодости**

УДК 615.89  
ББК 53.5  
Ш34

**Шведовский, П. В.**  
Ш34 Семейная книга здоровья / П. В. Шведовский. – Минск :  
Колорград, 2016. – 479 с.  
ISBN 978-985-7170-08-1.

Эта книга – руководство к сознательному управлению здоровьем всей семьи. Она научит Вас не только познавать заболевания, но и помогать внутренним целительным силам, которые заложены в каждом из нас, эффективно использовать целительные природные и лекарственные средства.

Книга адресуетса самому широкому кругу читателей.

**УДК 615.89**  
**ББК 53.5**

Охраняется законом об авторском праве. Воспроизведение всей книги или любой ее части без письменного разрешения автора запрещены. Любые попытки нарушения закона будут преследоваться по закону.

*Моим дорогим родителям – батюшке Владимиру, который после окончания учительского училища свой первый и последний урок дал в окопах Белорусских фронтов, и матушке Анастасии, которая ни одного дня не была в школе, но читала по картам все людские судьбы.*

*Я вам не желаю ни богатств, ни славы, ни успеха, а лишь Мира Душевного. Это самое главное в поисках Радостей Жизни, Умственного Равновесия, Искреннего Смирения, Жизненной Простоты, Единения с Природой и Телесного Здоровья, которые и составляют Настоящее Счастье.*

Искренне Ваш



*Петр Шведовский*



# От автора

Для того чтобы человек мог соответствовать своей роли венца природы и выполнить историческую миссию на Земле, он должен быть здоровым. Что такое быть здоровым сегодня – на это у каждого из нас своя точка зрения. А ведь здоровье – это состояние Разума, а не материи. Это состояние крепости и бодрости тела, ума и души, в особенности свободы от физической болезни и боли.

Здоровье – естественное состояние организма. Отсюда естественным является и его возможность к восстановлению после нарушений. Организм всегда готов «проснуться» для восстановления целостности, гармонии, равновесия и приведения в норму всех жизненных функций.

Парадоксально, но правильное отношение к своему здоровью требует всего лишь внимательно присматриваться и прислушиваться к своему организму, чтобы вовремя определить момент, когда заболевание может начать пускать корни в нашем теле, разуме и душе.

Более 90% всех диагнозов могут быть установлены на основании точно описанных симптомов. Значит, каждый из нас имеет своего «внутреннего

доктора», который может общаться с нами через сигналы тела. Эту мысль хорошо выразил один восточный мудрец: «Человек, не знающий самого себя, уже обречен, ибо он схож со свечой, подожженной с обоих концов. Тот, кто познал себя, болеть себе не позволит».

В этой жизни каждый должен узнать все о себе и благодаря собственным усилиям здраво созидать, т. е. творить, здоровье своими руками. Самое главное в самосозидании здоровья то, что мы сами должны стать для себя врачом и избавиться от всех недугов и болезней. Любая попытка лечения «чужими руками» не принесет нам желаемого исцеления. Здоровье и вместе с ним счастье появляются только тогда, когда мы добываем для себя их сами.

Эта книга позволит вам, читатель, независимо от ваших познаний в области медицины распознать и справиться с многими недугами с помощью естественных методов оздоровления, а при необходимости своевременно обратиться к врачам-специалистам и вместе с ними профессионально и эффективно бороться с любым заболеванием, тем самым созидая свое здоровье и здоровье своего рода.

## Литература

- Абрамов М.С. Иридодиагностика с компьютером. – Ташкент, 1990.
- Астрология. Т. 1. Эзотерика/ Пер. с нем. – М., 1991.
- Гониман Э.Н. Искусство диагностики по лицу. – Мн., 1997.
- Дебарроль А. Тайны руки. – М., 1996.
- Елисеев И.М., Попова Г.Р. Астрономия. Первые шаги. – Л., 1990.
- Зодер-Файхтеншлагер Ф., Вайгиhofer М. Исцеляющие ноги/ Пер. с нем. – М., 1994.
- Иванов Ю.М. Как управлять собой и влиять на других людей. – М., 1991.
- Исаев Ю.А. Сегментарно-рефлекторный и точечный массаж в клинической практике. – Киев, 1993.
- Касаткин В.Н. Теория сновидений. – Л., 1967.
- Коновалов В.В., Антонов А.А. Практическая иридология. – М., 1990.
- Левинсон Ю., Левинсон М. Целительство: пути и возможности. – М., 1996.
- Лекрон Л. Добрая сила. Самогигноз. – СПб., 1994.
- Монстер Хет. Практическая астрология. – М., 1992.
- Парапсихология. Т. 3. Эзотерика/ Пер. с нем. – М., 1992.
- Песиков Я.С., Рыбалко С.Я. Атлас клинической аурикулотерапии. – М., 1990.
- Подрецкая Л.С. Сонник. – Мн., 1996.
- Савельев В.И. Биоэнергетика в целительстве, или Знахарство без мистики. – М., 1996.
- Синг В. Френология. Физиогномика. – М., 1996.
- Теппервайн К. Лицо – зеркало здоровья. Патофизиогномика для всех. – М., 1995.
- Уайтсайд Р. О чем говорят лица. – М., 1996.
- Фитцджерберт Э. Хиромантия. Новое решение ваших проблем. – М., 1997.
- Френсис Томас. Тайна лица твоего, или Наука физиогномика. – Мн., 1996.
- Хей Луиза Л. Исцели свою жизнь. Исцели свое тело. – М., 1997.
- Шведовский П.В. Школа ясновидения. – Мн., 1998.
- Шведовский П.В. Ясновидение здоровья. – Мн., 1999.
- Шведовский П.В. Настольная книга целителя. – М., 2002.

## Содержание

|  |          |
|--|----------|
| От автора .....  | 4        |
| <b>Человек—Болезни—Космос</b> .....  | <b>5</b> |
| Шаг первый. Преодоление профессиональных незнаний .....                    | 45       |
| Шаг второй. Познание заболеваний .....                                     | 76       |
| <i>Диагностика по внешнему виду</i> .....                                  | 76       |
| <i>Бытовой сонник здоровья</i> .....                                       | 114      |
| <i>Связь симптомов и их проявлений с заболеваниями</i> .....               | 119      |
| Шаг третий. Познание путей укрепления защитных сил организма .....         | 134      |
| <i>Человек и его питание</i> .....   | 134      |
| <i>Лечебные свойства растений</i> .....                                    | 138      |
| <i>Указатель растений по их лечебному применению</i> .....                 | 188      |
| <i>Как познать целительные свойства растительного мира</i> .....           | 201      |
| <i>Опыт лечения травами</i> .....  | 209      |
| <i>Траволечение для «думающих»</i> .....                                   | 288      |
| <i>Все о практике траволечения</i> .....                                   | 302      |
| <i>Лечение соками</i> .....  | 310      |
| <i>Лечение настойками и спиртовыми вытяжками</i> .....                     | 320      |
| <i>Гомеопатическое лечение</i> .....                                       | 324      |
| <i>Гомеопатия для взрослых</i> .....                                       | 329      |
| <i>Гомеопатия для детей</i> .....  | 335      |
| <i>Лечение ваннами</i> .....   | 336      |
| <i>Лечение обертыванием, компрессами и душем</i> .....                     | 342      |
| <i>Лечение цветом</i> .....  | 347      |
| <i>Лечение ароматами</i> .....   | 349      |
| Шаг четвертый. Познание путей пробуждения скрытых резервов организма ..... | 355      |
| <i>Общие сведения</i> .....  | 355      |
| <i>Лечение точечным массажем</i> .....                                     | 364      |
| <i>Особенности лечения аппликацией металлами</i> .....                     | 373      |
| <i>Основные методы и приемы акупрессуры</i> .....                          | 376      |
| <i>Выбор точек воздействия</i> .....                                       | 386      |
| <i>Лечение теплом</i> .....  | 394      |
| <i>Исцеление через стопы и кисти</i> .....                                 | 400      |
| <i>Целебное прикосновение</i> .....  | 410      |
| Шаг пятый. Познание особенностей лечения детских болезней .....            | 426      |
| Шаг шестой. Познание особенностей лечения женских заболеваний .....        | 439      |
| Шаг седьмой. Познание тайны очищения организма .....                       | 449      |
| Шаг восьмой и ... последний. Познание тайны вечной молодости .....         | 454      |
| Система прогноза протекания болезней и оптимальных сроков их лечения ..... | 468      |
| Постскриптум .....   | 472      |
| <i>Паспорт здоровья первого наследника</i> .....                           | 472      |
| <i>Паспорт здоровья второго наследника</i> .....                           | 473      |
| <i>Паспорт здоровья мужа (жены)</i> .....                                  | 474      |
| <i>Ваш личный паспорт здоровья</i> .....                                   | 475      |
| <i>Паспорт здоровья ваших родителей</i> .....                              | 476      |
| <i>Паспорт здоровья родителей мужа (жены)</i> .....                        | 477      |
| Литература .....   | 478      |

*Научно-популярное издание*

**Шведовский** Петр Владимирович

# СЕМЕЙНАЯ КНИГА ЗДОРОВЬЯ

Ответственный за выпуск *Е. С. Патей*

Подписано в печать 06.10.2016. Формат 60x84<sup>1</sup>/<sub>8</sub>.  
Бумага офсетная. Печать цифровая. Усл. печ. л. 56,50.  
Уч.-изд. л. 54,21. Тираж 15 экз. Заказ 8984.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
частное производственно-торговое  
унитарное предприятие «Колорград».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя,  
изготовителя, распространителя печатных изданий  
№ 1/471 от 23.12.2015.

Пер. Велосипедный, 5-904, 220033, г. Минск,  
[www.сегмент.бел](http://www.сегмент.бел)