

Олег Бухтояров, Денис Самарин

ДОМИНАНТА ЖИЗНЕННОЙ ЦЕЛИ



Олег Викторович Бухтояров Денис Михайлович Самарин Доминанта жизненной цели

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=74460761

Доминанта жизненной цели / Олег Бухтояров, Денис Самарин: Эксмо;

Москва; 2026

ISBN 978-5-04-253921-3

Аннотация

Как жизненная цель влияет на здоровье, устойчивость к болезням и продолжительность жизни?

В этой книге российские учёные, врачи-клиницисты, предлагают целостный взгляд на скрытые процессы душевной деятельности человека с позиций медицины, психофизиологии и клинической практики. Авторы впервые подробно раскрывают теорию доминанты жизненной цели – внутреннего вектора, который определяет поведение, адаптационные ресурсы организма и во многом влияет на развитие хронических заболеваний, включая онкологические.

Опираясь на научные данные, врачебный опыт и реальные клинические наблюдения, авторы показывают, как утрата смысла, внутренний конфликт и отсутствие жизненной цели отражаются на состоянии человека – и как осознанное формирование новой

доминанты может стать важной опорой на пути к восстановлению, сохранению здоровья и активному долголетию.

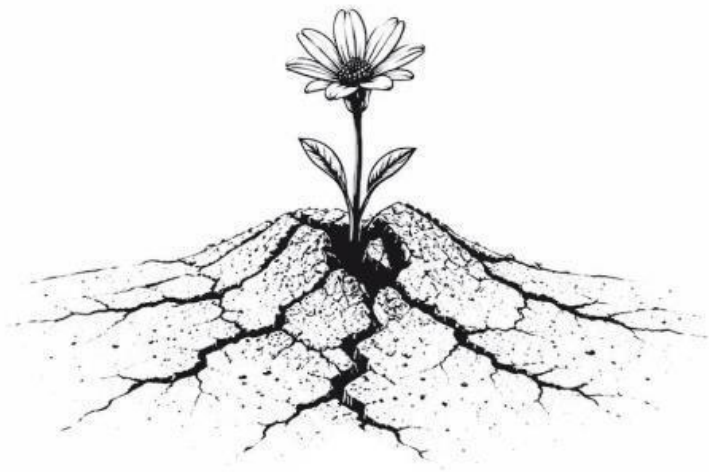
Книга для тех, кто хочет глубже понять связь психики и тела, увидеть скрытые механизмы, влияющие на качество жизни, и научиться использовать внутренние ресурсы организма более осознанно и эффективно.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Отзывы	7
Введение	12
Конец ознакомительного фрагмента.	13

**Олег Бухтояров,
Денис Самарин
Доминанта жизненной цели**



Иллюстрации *Марии Высочкиной*

Обложка *Андрея Осипова*



© Олег Бухтояров, Денис Самарин, текст, 2026

© Мария Высочкина, иллюстрации, 2026

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

ОТЗЫВЫ

«Это очень правдивая книга. Правда бывает невыносимо горькой. Но правда всегда – правда, сильнейшее лекарство, мощнейшая терапия, позволяющая через боль и страдания победить болезнь. Не сломаться, не уйти в затвор. Не перестать радоваться жизни и не впасть в уныние. Так же, как „Раковый корпус“ А. Солженицына, книга, полезная и для тех, кому – возможно – только озвучили диагноз, и для их родных и близких. Она также исключительно полезна клиницистам, сталкивающимся – особенно впервые – с онкобольными и пока только набирающими профессиональный опыт. Авторы книги, очевидно, имеют богатейший опыт борьбы со злокачественными опухолями, при этом подходят к своим пациентам неформально, понимая суть их душевного состояния. Цитируя одного профессора в области борьбы с онкологией, повторю: руки и талант врача, желание больного излечиться и воля Божия. Вот та триада, без которой невозможен успех в борьбе с онкологией. О таланте врача и о том, как не сдаться диагнозу рак, эта книга. В остальном – воля Божия...»

Ярослав Львович Скворцов, декан факультета международной журналистики МГИМО МИД России, кандидат социологических наук

«В книге затронуты важные аспекты. Прежде всего – это сам ЧЕЛОВЕК, лечение нужно начинать не с повреждённых органов, а с первопричины возникновения проблемы. Любое заболевание, особенно онкологическое, возможно излечить, если пациент имеет доминанту жизненной цели. Я глубоко изучала, почему одни болевают раком, не имея генетических предрасположенностей, а другие – нет! И ответы прекрасно изложены здесь. Авторы на собственном опыте через примеры своих пациентов демонстрируют, что возможно излечение. Эта книга даёт возможность людям пересмотреть своё отношение к жизни. Полностью согласна со словами: “В самых трудных ситуациях выживают те, у кого есть цель, кто знает, зачем им нужно выжить и для чего!”

Благодарю Олега Викторовича за его глубокую и честную работу. За любовь и веру в Людей!»

Елена Владимировна Фастова, первый заместитель министра сельского хозяйства Российской Федерации, председатель попечительского совета РОО «Экология человека»

«Книга О. В. Бухтоярова и Д. М. Самарина “Доминанта жизненной цели” для меня стала не только руководством по физическому восстановлению, но и системным взглядом сверху на внутреннюю трансформацию. После открытия доминанты жизненной цели я увидела, как возвращение смысла и ясность цели влияют на каждый день. После прочтения остаются не просто знания, а путеводитель по жизни с новой

доминантой: цель – быть здоровой и телом, и душой, и разумом, нести здоровье в окружение и служить людям; каждый шаг на пути к ней ощущается осознанно и целеустремлённо. Теперь я это знаю».

Мария Контэ, писательница, телеведущая

«Доминанта жизненной цели – долгожданная книга. Долгожданная для практикующих врачей, родственников больного и, конечно же, для самого больного. Человек, узнав диагноз РАК, как и богатырь, стоящий перед заветным камнем, остаётся один на один с выбором. Направо пойдёшь – погрузишься в болезнь в ожидании неминуемого. Прямо пойдёшь – и вот уже и индийские йоги, тибетские врачеватели и знакомая знахарка тёти Вали.

Книга предлагает другой путь, путь мобилизации могущественных сил своего организма на борьбу с болезнью на основе доминанты жизненной цели, направленной в будущее. Теория доминанты жизненной цели соотносится с учением К. С. Станиславского о сверхзадаче. Сверхзадача – отвечает на вопрос “во имя чего?” Перед больным стоит тот же вопрос “во имя чего стоит жить?”»

Иосиф Семёнович Фишман, художественный руководитель Театра музыкальных миниатюр

«Книга, от которой хочется жить. Интересен не только текст, но и то, что авторы пытаются каждому, попавшему в

беду, сказать между строк. Книга, которая в любой ситуации помогает говорить жизни “Да!”. Правильно выбранный слог, темп повествования, отточенный, отшлифованный, достоверный и располагающий.

Нам порой кажется, что жизнь складывается так, что у нас нет вариантов её изменить. Оказывается, есть... Получила большое наслаждение, давненько в моей душе не бывало такого подъёма. На многие волнующие вопросы получила ответы, моя книга и по духу, и по содержанию. Искренне желаю, чтобы книгу прочитали очень много мыслящих и умных людей».

Елена Анатольевна Бабура, руководитель Управления Роспотребнадзора по Калининградской области

«Полезное руководство на стыке медицины и психологии: освещает влияние психологических факторов и нейронных механизмов на онкологию и предлагает практические стратегии психосоматической поддержки, опираясь на теорию и клинический опыт. Фокус на персонализированной помощи, улучшении качества жизни и эффективном взаимодействии с семьёй и медицинской командой, с акцентом на междисциплинарное сотрудничество и бережную коммуникацию на каждом этапе лечения».

Елена Анатольевна Брусилова, президент АО «Надёжные инвестиции»

«В наше чрезвычайно сложное время, когда мои современники остаются один на один со своими проблемами, болезнями, одиночеством и губительными мыслями, не доверяя подчас вообще никому, эта книга может стать Спасением!»

*Дмитрий Алексеевич Чагин, член Совета директоров
«Корпорации развития Санкт-Петербурга»*

Введение

Проблема связей психики и тела, идеального и материального всегда привлекала внимание учёных и философов, а в рамках медицины с древних времён существовало ясное понимание необходимости целостного восприятия больного человека, поскольку целое есть нечто большее, чем простая сумма его частей. Именно поэтому ещё в V веке до нашей эры «отцом медицины» Гиппократом (около 460 года до н. э. – около 370 года до н. э.) был провозглашён главный принцип медицины «лечить не болезнь, а больного», который навеки стал незыблемым ориентиром для работы врача в любой точке мира.

Так должно было быть, но, к сожалению, в XXI веке так не происходит! Парадоксально, но вся мощь мировой науки и её огромный вклад в современную медицину привели не к целостному пониманию больного человека, а к смещению фокуса внимания на гены, молекулы, клетки, ткани и органы, поэтому гиппократовский принцип потерял своё первоначальное значение и превратился в обычный лозунг, оторванный от реальности.

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.