

Иноевс Харлампий Константинович

**Руководство к
распознаванию, лечению и
предохранению себя от
болезней, происходящих от
умственных занятий и
сидячей жизни, составленное
для образованного класса
людей**

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 61
ББК 5
X21

- X21 **Харлампов И. Константинович.**
Руководство к распознаванию, лечению и предохранению себя от болезней, происходящих от умственных занятий и сидячей жизни, составленное для образованного класса людей / Иноевс Харлампов Константинович – М.: Книга по Требованию, 2026. – 472 с.

ISBN 978-5-519-87084-9

ISBN 978-5-519-87084-9

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2026

© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2026

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первоизданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.



Серия Книжный Ренессанс

www.samizday.ru/reprint

ЕГО ВЫСОКОПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВУ,

АЛЕКСАНДРУ СЕРГѢЕВИЧУ

ТАНЪЕВУ.

Статсъ-Секретарю, Дѣйствительному Тайному Совѣтнику,
Члену Государственнаго Совѣта, Сенатору, Главному
Начальнику Инспекторскаго Департамента Гражданска-
го Вѣдомства, Члену Комитета Призрѣнія заслужен-
ныхъ Гражданскихъ Чиновниковъ и разныхъ Орденовъ
Кавалеру.

ВАШЕ ВЫСОКОПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВО,

АЛЕКСАНДРЪ СЕРГѢВИЧЪ!

Отношенія государственныхъ мужей къ народу, не смотря на великое пространство, отдѣляющее высокій санъ отъ скромной доли, часто возбуждаютъ взаимную симпатію подъ видомъ благоволенія, или благосклонности первыхъ, и чистосердечнаго уваженія, или преданности послѣдняго. Нерѣдко свѣтъ не хочетъ вѣрить такому безпристрастному и благородному взаимному сочувствію и безкорыстную преданность народа называетъ лестью.

Но если вникнемъ въ условія общественной и полити-

ческой жизни государственныхъ мужей, избранныхъ изъ
средины огромной массы народонаселенія неисповѣдимыми
путями Всевышняго и назначенныхъ главою разныхъ
отраслей, или вѣдомствъ государственнаго управленія;
если возьмемъ въ соображеніе благотворное вліяніе мудра-
го ихъ управленія на массу народа и на постепенное
развитіе и усовершенствованіе нравственнаго и политиче-
скаго состоянія его, а съ другой стороны тяжкіе и про-
должительные труды, переносимые этими мужами въ

своихъ многочисленныхъ занятіяхъ, съ самоотверженіемъ и ущербомъ собственнаго здоровья, и наконецъ если обратимъ вниманіе на великія услуги и пользу, оказываемыя ими государственной службѣ, то мы по всей справедливости должны благоговѣть предъ тѣми, которые, какъ избранные **ВЫСОЧАЙШЕЮ** волею, заботятся о благосостояніи и благополучіи политической, духовной и нравственной самобытности народа. Имъ-то мы должны оказывать всегдашнее наше уваженіе и преданность, которыя дол-

жно называть не лукавою лестью, но высокимъ чувствомъ благодарности благородныхъ и здравомыслящихъ людей, характеризующимъ чистоту истинной христіанской души и совершенство ихъ нравственной стороны.

Чувства такого рода питаю я и къ Вашему Высокопревосходительству, почитая въ Васъ мужа, облеченнаго довѣренностію нашего Августѣйшаго МОНАРХА, мужа, извѣстнаго и христіанскими добродѣтелями, и преданностію къ Престолу, и любовію къ истинному просвѣщенію.

Эти высокія качества Вашей души даютъ мнѣ смѣлость
украсить именемъ Вашимъ мой добросовѣстный трудъ,
предназначенный преимущественно на пользу лицъ, по-
святившихъ себя наукамъ и человѣчеству, постоянному
и неослабному служенію Престолу и Отечеству, такому
исполненію своихъ обязанностей, котораго высокій при-
мѣръ они видятъ въ особѣ Вашей.

Примите благосклонно результатъ моего умственного
труда, первоначальная мысль котораго внушена мнѣ

Вашимъ Высокпревосходительствомъ; примите эту дань,
какъ доказательство моего глубочайшаго къ Вамъ ува-
женія и безкорыстной преданности, съ которыми я всегда
буду имѣть честь именоваться

Вашего Высокпревосходительства

покорнѣйшимъ слугою,

Х. Инозвѣсъ.

ПРЕДИСЛОВІЕ.

Разсматривая человѣка въ фізіологическомъ отношеніи, мы видимъ, что въ немъ заключаются двѣ стороны: физическая, или органическая, и духовная, или психическая. Подъ именемъ физической, или органической стороны мы разумѣемъ органическій составъ животной экономіи; а подъ духовною, или психическою, самую душу, дающую жизнь первой. Обѣ вмѣстѣ составляютъ живой человѣческій организмъ, а при раздѣленіи ихъ уничтожается жизнь и тѣло подвергается общимъ физическимъ законамъ, т. е. разрушенію. Не желая входить въ философскія разсужденія о душѣ, я ограничусь одними только явленіями, которыми она проявляется въ живомъ

человѣческомъ организмѣ, и разовью ихъ до той степени, до которой позволяютъ предѣлы этой книги.

Душа проявляется жизненною дѣятельностію, управляющею какъ всемъ организмомъ вообще, такъ и каждою системою, органомъ и частицею его въ особенностяхъ, возбуждаетъ всѣ ихъ отправленія и поддерживаетъ правильное отношеніе ихъ между собою и къ предметамъ внѣшняго міра, для пользы самостоятельнаго существованія. При разстройствѣ этихъ жизненныхъ законовъ отъ какихъ либо причинъ, она усиливается возстановить, помощію жизненной силы, необходимую между ними гармонію. Мы видимъ, что разумъ, даръ слова и совершенство воли суть высокія душевныя принадлежности человѣка, отличающія его отъ прочихъ животныхъ и имѣющія свое мѣстопробываніе въ системѣ животной жизни; такъ что у человѣка двѣ главные системы, изъ которыхъ одна общая съ прочими животными и главное ея дѣйствіе состоитъ въ поддержаніи органическаго существованія, а другая собственно принадлежащая только одному человѣку и проявляющаяся высокими душевными и умственными способностями.—Первую