



САВЕЛИЙ
КАШНИЦКИЙ

В СЕРИИ:

М. ЦЕТИНИ

"ДЫШИ
ПО СТРЕЛЬНИКОВОЙ"

А. ПОГОЖЕВА

"ДИКТОР
НА ВАШЕЙ
КУХНЕ"

М. ИОРДСКИЙ

"ДОРГА К
МОЛОДОСТИ
И ЗДОРОВЬЮ"

Е. МИЛНЕР

"ХОДЯКА
ВМЕСТО
ЛЕКАРСТВ"



КАК ЖИТЬ ДОЛГО И БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ!

Савелий Кашницкий
Китайские чудо-методики. Как
жить долго и быть здоровым!
Серия «Антивозраст»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8321186

Савелий Кашницкий. Китайские чудо-методики. Как жить долго и быть здоровым!: АСТ; Москва;
2014

ISBN 978-5-17-086079-1

Аннотация

В этой книге автор раскрывает секреты молодости и делится рецептами долголетия врачей Поднебесной империи. Китайцы считают, что еда должна быть не только вкусной, но и лечебной вот почему традиционная китайская медицина уже три тысячи лет опирается на сбалансированную систему питания. Китайские врачи устраняют возникшие в организме нарушения на самой ранней стадии и считают: чтобы достичь долголетия в здоровье и радости, нужно научиться расслабляться. Даосские знахари уверяют: хочешь быть здоровым – научись «чистить» мозг. Специалисты Поднебесной знают, как быстро сбросить лишние килограммы. В самых трудных случаях китайский врач и астролог решают проблему сообща.

Содержание

Предисловие от редакции	5
Предисловие от автора	9
Чудо-методика Китая 1: Для правильного диагноза составляется гороскоп	14
Чудо-методика Китая 2: При лечении соблюдается пять важнейших принципов работы врачевания	16
Меридианы органов и систем организма	18
Диагностические процедуры в китайской медицине	21
Чудо-методика Китая 3: Для сохранения здоровья рекомендуется регулярная «чистка» и «ремонт» мозга	25
Чудо-методика Китая 4: Для восстановления здоровья приводятся в гармонию три природные стихии	31
Болезни «Ветра»: Характеристика людей типа «Ветер», рекомендации – как лечить и чем питаться	33
Лечение печени и почек	36
Лечение сердца	37
Что надо и не надо есть «сердечникам»	38
Что делать при первых болях в сердце	39
Конец ознакомительного фрагмента.	41

Савелий Кашницкий

Китайские чудо-методики. Как жить долго и быть здоровым!

«Каков же секрет долголетия в понимании теории традиционной китайской медицины? Следовать принципам инь и ян, выполнять укрепляющие упражнения, подобранные с учётом индивидуальных особенностей, соблюдать умеренность в еде и питье, вести размеренную повседневную жизнь, избегать переутомления, сохранять спокойствие и бодрость духа».

Лю Чжэнцай (Liu Zhengcai), специалист в области традиционной китайской медицины

© Кашницкий С.

© ООО «Издательство АСТ»

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

©Электронная версия книги подготовлена компанией ЛитРес (www.litres.ru)

Предисловие от редакции Человеческое тело – это модель вселенной

Прежде чем мы приступим к рассказу о китайских чудо-методиках, прочтите мудрую притчу «Человек, вол, собака и обезьяна».

«Когда Бог сотворил мир, пришел к Нему человек и сказал: “Ты создал меня человеком, скажи же, как долго предстоит мне жить, что делать, чем питаться и как трудиться?”»

Бог ответил ему “Тебе отпущено жить 30 лет, питаться всем, что не повредит твоему здоровью, а твоей работой будет владеть всё, что есть на Земле”. Человек сказал: “Господи, я благодарю Тебя за хорошую жизнь, которую Ты даришь мне, однако мне мало отведенных лет”. Бог ответил: “Иди и сядь в том углу”.

Тут пришел вол и спросил Бога: “Господи, ты сотворил меня волем. Скажи, как долго мне жить, что делать, как работать и чем питаться”. Бог ответил ему: “Видишь человека, что сидит в углу? Он будет твоим господином. Твоим трудом будет пахать землю и тянуть повозки. Пищей тебе будут трава и солома, и жизни тебе отпущено 30 лет!” Вол сказал Богу: “О Господи, что за жизнь у вола! Возьми немного моих лет обратно”. Когда человек в углу услышал это, он подал Богу знак и прошептал: “Возьми от него несколько лет и дай их мне!” Бог улыбнулся и сказал: “Возьми себе 20 лет от вола!” И дал человеку 20 лет воловьей жизни.

Тут пришла собака и сказала: “Господи, ты сотворил меня собакой. Скажи, сколько мне жить, что делать и чем питаться”. Бог ответил ей: “Видишь человека в углу? Он будет твоим господином. Ты будешь охранять его дом, его овец и все его владения. Питаться будешь корками хлеба и костями, которые остаются после его еды. И жизни тебе отпущено 30 лет”. Собака сказала: “О Господи, что за жизнь у собаки! Забери часть этих лет обратно!” Когда человек в углу услышал это, он подал знак Господу и зашептал: “Возьми их у нее и дай мне!” Бог снова улыбнулся и сказал: “Возьми себе 20 лет от собаки”. И теперь человеку причиталось 70 лет, а собаке 10.

Самой последней пришла к Богу обезьяна и сказала: “Господи, Ты создал меня обезьяной. Скажи, сколько мне жить, чем питаться и что делать?” Бог ответил ей: “Видишь человека, что сидит в углу? Он будет твоим господином. Питаться ты будешь орехами и фруктами. Своими проказами и шалостями ты будешь веселить человека и его детей. Жить тебе 30 лет”. Обезьяна сказала: “Ах, Господи, что за жизнь у обезьяны! Забери часть моих лет обратно”. Когда человек, сидевший в углу, услышал это, он подал Богу знак и зашептал: “Возьми у нее годы и дай их мне!” Бог улыбнулся и произнес: “Возьми себе еще 20 лет от обезьяны”. Человек приобрел себе еще 20 лет, и стало их у него 90.

И теперь живет человек 30 лет свободной человеческой жизнью. От 30 до 50 лет он живет жизнью вола: как вол, тянет лямку, лезет из кожи вон, чтобы прокормить семью и накопить денег. В 50 он начинает охранять все нажитое, как собака, и так до 70 лет. Он целыми днями бранит всех, споря по любому поводу, ругается и сквернословит. И, наконец, от 70 до 90 лет живет он обезьяньей жизнью, когда все смеются и потешаются над ним, считая его за малого ребенка или обезьяну».

Так вот, дорогой читатель, книга, которую вы держите в руках, призвана помочь вам в том, чтобы вы в течение своей жизни не превращались в этих несчастных животных. А оставались улыбчивым, оптимистичным, радостным и – главное – здоровым человеком!

...Традиционная китайская медицина является одной из самых древнейших медицинских наук во всем мире, которая зародилась много тысячелетий назад. Ее главным постула-

том является понимание целостности всего человеческого организма, взаимосвязи всех его органов и систем друг с другом и с окружающим миром. Так, в настоящее время у западного врача подход к человеческому организму чисто практический – это кожа, мышцы, кости, жидкости и так далее, а китайская медицина является неотделимой от китайской философии, согласно которой человеческое тело – это модель Вселенной, то есть «микрокосмо» в «макркосмо».

Поэтому все китайские средства направлены на полное оздоровление организма и повышение его жизненного тонуса, чтобы была максимальная эффективность лечения любого заболевания. Это все говорит о том, что данный подход восточной медицины имеет принципиально важное понимание того, что отдельной болезни как таковой не существует. Поэтому если лечить конкретную болезнь, не рассматривая организм в целом, то это может не только не помочь, но также нанести вред организму. Китайская медицина делает акцент на восстановлении баланса организма человека, с сохранением всех взаимосвязей между органами. А баланс по большей части создается с помощью правильного питания.

Важно!

Китайские специалисты лечат не конкретную болезнь, а восстанавливают баланс всего организма человека и повышают жизненный тонус.

Дело в том, что традиционная китайская медицина вот уже три тысячи лет опирается на сбалансированную систему питания, стремясь сохранить здоровье человека или устранить уже возникшие в организме нарушения. За тысячелетия эта система неопровержимо доказала, что она помогает сохранить здоровье и приводит в равновесие разбалансированные функции организма. В традиционной китайской медицине учение о питании стоит в одном ряду с акупунктурой, гомеопатией и лечебной гимнастикой и считается самым важным из них профилактическим средством. Кроме того, в Китае лечебное питание тесно взаимосвязано с лечением травами. Так, например, в больницах, как и в домашних условиях, при приготовлении пищи наряду с обычными продуктами часто используют целебные растения. Например, в куриный суп часто кладут чуть горьковатый корень дудника китайского (дунцой). Куриный суп питает организм и стимулирует образование соков. Корень дудника китайского имеет кроветворное действие. Благодаря сочетанию этих двух ингредиентов обычный суп становится превосходным лекарством для крови.

Ученые утверждают

Учение о правильном питании в китайской медицине так же важно, как лечебная гимнастика, гомеопатия и акупунктура.

Китайцы считают само собой разумеющимся, что еда должна быть не только вкусной, но и иметь направленное лечебное воздействие. Первым письменным источником, в котором упоминается о лечении едой, является древний китайский медицинский трактат «Хуанди Нейцзин» или «Лечебник императора Хуанди» (Huangdi Neijing // The Inner Canon of Huangdi). Он датируется «всего лишь» 300 г. до н. э. Самый поэтический перевод названия этого древнего сборника медицинских советов – «Трактат Желтого императора о внутренних болезнях» (Yellow Emperor's Inner Canon). «Хуанди Нейцзин» – один из основных трактатов традиционной китайской медицины. Его значимость сопоставима со значимостью медицинских трактатов Гипократа или Галена для медицины европейской.

Важно!

Главное в еде – правильный баланс!

Для достижения эффекта необходим четкий баланс в потреблении полезной пищи. Выстраивание этого баланса начинается с определения «ингредиентов-антагонистов» и

осторожной комбинации их в нужных пропорциях. Древняя философия о двух противоположных энергиях инь и ян – неотъемлемая часть китайской терапии еды. Например, ингредиенты ян, а это морковь, чеснок и имбирь. Они повышают температуру тела, стимулируя таким образом процессы метаболизма. Типичные ингредиенты инь – китайская капуста пак-чой, баклажаны и тофу. Считается, что они оказывают охлаждающее действие на организм. Так вот, именно разумный баланс между этими двумя группами продуктов и будет ключом к нашему здоровью.

Но как же узнать, какие ингредиенты и как нужно комбинировать и что же такое съесть, чтобы выздороветь или не заболеть в каждой конкретной ситуации? Китайская терапия еды – обширная и сложная наука, подробному изложению основ которой посвящен не один многостраничный трактат.

Напомним, что традиционная китайская медицина зародилась в регионе Восточной Азии, которая сегодня включает в себя Китай, Тибет, Вьетнам, Корею и Японию.

В этой книге автор – в дополнение к своим предыдущим книгам – более подробно остановился на китайской медицине, в том числе и тибетской. Поскольку традиционная буддийская система врачевания развивалась с V–VII веков на территории Тибета, однако практика врачевания сложилась под влиянием китайской медицины, индийского и персидского направления. Кстати, существует даже легенда о том, как в VII веке тибетский император Трисонг Дзуцен созвал совет 9 царских мастеров из 9 земель (индийской, непальской, кашмирской, китайской, хотанской, таджикской, персидской, афганской, римской). Диспут возглавил великий мастер тибетской медицины Ютогпа (старший). Такая древняя конференция ученых в области медицины и послужила позитивному опыту внедрения и обмена между различными медицинскими школами.

Однако в истории традиционной китайской медицины, как и тибетской, факты неразрывно сплетаются с мифами. По преданию, начало традициям врачевания положили легендарные китайские императоры, соединившие универсальную житейскую философию с практическими методами поддержания здоровья, излечения болезней и продления жизни.

Истоки медицинской науки в Китае возводятся к двум императорам древности – Шэнь-нуну и Хуан-ди. Согласно преданиям, последний, известный также под именем Желтого императора, жил в 2697–2597 гг. до и. э. Оба были великими мудрецами и врачевателями и даже обладали сверхъестественными силами. Большинство современных ученых считают этих императоров мифическими персонажами.

Шэнь-нун почитается как «отец земледелия и науки о лекарственных травах». На изображениях он облачен в одежды цвета зеленых листьев и держит в руке или жуёт целебные растения. Предания утверждают, что он пробовал на вкус каждую траву, дабы определить ее лечебные свойства, и составил первую в истории китайской медицины большую фармакопею (сборник официальных документов, устанавливающих нормы качества лекарственного сырья. – *Ред.*)

Ученые утверждают

Хуан-ди именуется отцом медицины и считается автором одного из важнейших медицинских трактатов – «Хуан-дн нэй цзин» («Канон Желтого императора о внутреннем»).

«Канон Желтого императора о внутреннем» датируется I веком до н. э., однако представляет собой свод гораздо более древних знаний. Ученые пришли к выводу, что это компиляция из нескольких текстов различных авторов, живших в разные времена. В ходе столетий «Канон Желтого императора о внутреннем» неоднократно подвергался редактированию и вследствие неоднозначности формулировок породил великое множество толкований и комментариев.

Составленный в форме диалога между Желтым императором и одним из его советников, Ци Бо, «Канон» включает в себя изложение философских учений, объяснение таких понятий, как Дао, инь и ян и пять стихий, учение о причинах заболеваний, описание методов лечения (прежде всего акупунктуры и моксатерапии) и советы по поддержанию правильного образа жизни.

Методы хирургии и анестезии, по преданию, уже во II веке н. э. применял знаменитый врач Хуа То. Однако впоследствии они вышли из употребления, уступив место фитотерапии и акупунктуре.

В ходе столетий в китайской медицине сложилось множество направлений и традиций. Чаще всего медицинские знания передавались от отца к сыну, и большинство лекарей из таких династий работали в сельских местностях. Однако были высокообразованные врачи, пользовавшие императора и представителей знатных семейств. В XVII веке благодаря иезуитам-миссионерам китайцы познакомились с западной медициной, и за последующие столетия в различных городах Китая появились больницы и медицинские образовательные заведения западного образца. Однако основную медицинскую помощь широкому населению по-прежнему обеспечивают традиционные методы, и современные китайские политики принимают меры для сохранения этого чрезвычайно полезного наследия древности.

Предисловие от автора Универсальные знахари против технизации медицины

Человек – возможно, единственное существо, использующее рациональное мышление в заботе о своем здоровье. Любое животное, жизнь которого поддается нашему наблюдению, от рождения вооружено стандартным набором стереотипных поведенческих схем, базирующихся на инстинктах, которые в случае заболеваний или внезапных проблем, угрожающих существованию организма, немедленно побуждают животное к принятию мер. Так, собака, кошка отыскивают в соседнем лесу или зарослях ближайшего оврага траву или коренья, с помощью которых приводят свой организм в норму.

Не исключено, что некогда, в эпоху первобытного общества люди тоже обладали подобной системой «лечебного автопилота». Развитие цивилизации, с одной стороны, обогатило опыт людей знаниями, поддающимися накоплению и передаче. С другой стороны, оно их обеднило, отняв набор стандартных здравоохранительных программ. Так, назвав себя человеком разумным, наш предок доверил свое здоровье медицине.

Наследие той медицины, что служила много столетий, имеется в каждой национальной культуре, причем оно тем более актуально, чем меньше та или иная культура отошла от «колыбельного» состояния. Так, вполне естественно, у оленеводов Чукотки арсенал знахарских приемов значительно более востребован, чем, допустим, у норвежцев. Хотя любой народ, со сколь угодно развитой книжной культурой и современной наукой, сохраняет фольклорные накопления, среди которых обязательно имеется так называемая народная медицина – свод правил, методик, рецептов и даже мировоззренческая концепция, аккумулирующие опыт врачевания в определенной ландшафтно-климатической и религиозной традиции.

Помимо народной медицины, у многих народов – обычно тех, что достаточно давно обзавелись письменностью и наукой, – сохранилась так называемая традиционная медицина. Зачастую это информационный массив, близкий к народной медицине, но сохранившийся в письменных исторических памятниках и отличающийся концептуальной четкостью основных принципов. Самые известные в мире системы традиционной медицины – древнеегипетская, древнегреческая, арабская, индо-тибетская, китайская. К любой из них – несмотря на географическую привязку – применяется понятие «восточная медицина». Понятно, что слово «Восток» в данном случае относится вовсе не к компасу, а к культуре и означает фундаментальную античность. При всем терминологическом различии каждой народной медицины ее суть базируется на близких или неотличимых принципах.

Медицина, которой пользуется большинство современных людей, условно, в противовес народной и традиционной, именуемая западной, сформировалась сравнительно недавно – в последние два столетия. У нее есть некоторые несомненные преимущества: четкая организационная структура в виде больниц, поликлиник, лабораторий, медицинских университетов, отлаженная система обучения и повышения квалификации врачей, подготовки младшего медперсонала, медицинская наука со всеми ее атрибутами – кафедрами, аттестационными комитетами, научными журналами.

Но есть также и потери. Народную и традиционную медицину отличает взгляд на человека как на органичную часть природы и целостное отношение к организму (так называемый холистический принцип). Современная же западная медицина настолько увлеклась, во-первых, дифференциацией знаний, во-вторых, до такой степени мировоззренчески опирается на технократический подход, что в значительной мере утратила представление о чело-

веке как психофизическом целом. Утрируя проблему до анекдотичности, если закололо в боку и терапевт направил к гастроэнтерологу, тот легко «отфутболит» к проктологу, затем к урологу, кардиологу, фтизиатру... и так вплоть до стоматолога. Каждый из этих специалистов может быть отменным знатоком своего дела, но беда в том, что болезнь далеко не всегда соглашается локализоваться в каком-то одном «отсеке» организма и запросто может «переходить границы», не даваясь в руки одного, даже блестящего, но узкого специалиста. А сумма отдельных достаточно изученных частей отнюдь не равна целому. Кроме того, аллергические, дерматозные, генетически закрепленные осложнения от лекарственной терапии обозначили близкий тупик движения по пути дальнейшей дифференциации и технизации медицины.

Внимание

Высокопрофессиональный специалист в своей области знаний может быть самым лучшим экспертом, но беда в том, что болезнь часто не локализуется в каком-то одном «отсеке» организма и запросто может «переходить границы», не даваясь в руки одного, даже блестящего, но узкого специалиста.

При этом с врачами широкого профиля в западной медицине чем дальше, тем хуже. В России последних таких универсалов мы утратили лет сто назад с развалом системы земства. К земскому врачу можно было обращаться с любой проблемой – от икоты до беременности и с неплохими шансами получить квалифицированную помощь. Современное здравоохранение еще делает наивные попытки сохранить, насколько возможно, универсализм эскулапов низшего звена: в нашей стране долгие годы делали упор на диспансеризацию, в западных странах – на институт семейных врачей. При всей пользе этих начинаний повернуть современную медицину вспять, к холическому мировоззрению, все-таки не удастся. Начиная с обучения в университетах, студенты-медики приучаются к фрагментированию собственных знаний. И собрать рассыпающийся пазл врачам вряд ли удастся. Причем быстро прогрессирующие фармакология, физиотерапия, химиотерапия, высокотехнологичные интеллектуальные методики лечения лишь углубляют водоразделы между узкими направлениями.

Однако объективная потребность в возврате к холическому врачебному мировоззрению вынуждает мировое медицинское сообщество менять отношение к народной и традиционной медицине. Высокомерие обладателя университетского диплома по отношению к «знахарям» постепенно выходит из моды. Во многих университетах читаются курсы традиционной медицины. «Ручное» обучение у авторитетного лекаря в некоторых странах Востока ценится не меньше, чем шестилетнее обучение в вузе. Клиники аллопатической и восточной медицины могут располагаться по соседству и не враждовать, а конкурировать и в ряде случаев даже сотрудничать.

Обычный для носителей медицинского образования консерватизм понемногу уступает место философско-мировоззренческой толерантности. Всё больше врачей отдают должное таким метафизическим и квазинаучным подходам к нормализации состояния организма, как медитация, молитва, заговор, заклинание, астрологический и космологический анализ, траво-, минерало-, глино-, ароматерапия, гипноз, парапсихологическое, в том числе дистантное, воздействие на пациента, диагностика с помощью ясновидения.

Наиболее цельный и самодостаточный информационный корпус традиционных медицинских познаний – древнекитайская медицина, все основные принципы которой изложены в медицинских трактатах, сохранившихся с раннего Средневековья в монастырских книгохранилищах. Древнекитайская медицина до неразличимости переплетена с древнеиндийской аюрведической и тибетской медициной. Отдельный культурологический вопрос, не самый для нас актуальный, кто у кого больше заимствовал. Три соседних народа – китайцы,

тибетцы и индусы на протяжении тысячелетий настолько тесно взаимодействовали друг с другом, что каждое понятие на языке одного народа всегда имеет два точных отражения в языках двух других народов. Близкое соседство Южной, Юго-Восточной Азии и Дальнего Востока и единая религиозная основа развития большинства других конфессий региона – буддизм определили глубокое смысловое единство всех ветвей восточной медицины. Немалый вклад в ее общую копилку внесли также монголы, корейцы и японцы.

Важно!

Всё больше современных врачей начинают прибегать к таким метафизическим и квазинаучным подходам к нормализации состояния организма, как медитация, молитва, заговор, заклинание, астрологический и космологический анализ.

Китайская и тибетская медицина в последние годы пользуются авторитетом во всем мире. Видимо, это обусловлено тем, что не имеющий своей государственности народ, заботясь о сохранении интеллектуального наследия, был вынужден максимально объединить медицинские познания с религиозными, а медицинское обучение целиком сосредоточить в дацанах – буддийских монастырях. Такая система хранения информации, а главное, обучение, основанное на «ручной» передаче знаний из рук учителя в руки ученика, доказали свою эффективность.

Сегодня успехи китайских и тибетских врачей, совсем не многочисленных по сравнению с западными коллегами, весьма впечатляют. Клиники тибетской и китайской медицины открываются и успешно работают не только на Востоке, но в большинстве мегаполисов США, Европы и стран СНГ.

Думается, это не дань моде, а объективная потребность современного человечества, пережившего демографический переход, вернуться к холической медицинской доктрине, избегающей хирургического вмешательства в организм и не знающей синтетической фармакопеи.

Ученые утверждают

Открытие клиник китайской медицины по всему миру – это не дань моде, а желание возвратиться к холической медицинской доктрине, которая рассматривает человека как органичную часть природы и настаивает на целостном отношении к организму.

Любое конкретное заболевание рассматривалась древним врачом как болезнь всего организма, и потому врач направлял свои усилия не на лечение именно этого заболевания, а на выяснение индивидуальных особенностей пациента и его комплексное лечение в связи с выявленными симптомами болезни. Для достижения цели врач включал весь умственный, психический и физический ресурс организма пациента.

Медики были убеждены, что в основе организма лежат три силы, первичные стихии, три первоэлемента. В Тибете они назывались ньепы. Ветер (на тибетском – Рлунг), Желчь (Мхкрис) и Слизь (Бадкан) определяют баланс Движения, Огня и Размягчения, гармония между которыми и составляет то неуловимое, летучее понятие «здоровье», к которому все так стремятся и никто не может внятно описать и зафиксировать.

Трудный, пожалуй, даже не имеющий ответа вопрос: какая физическая реальность стоит за понятием восточного первоэлемента. Ответа нет потому, что современная наука, привыкшая всё определять, соотносить, анализировать и классифицировать, в привычных ей логически обусловленных терминах вряд ли способна описать понятия, принципиально расплывчатые, взаимопроникающие, голографические.

Необозримое множество нарушений гармонии между первоэлементами проявляется в виде болезней. У каждого человека наблюдается преобладание одного или двух перво-

элементов. Если оптимальная для данного человека пропорция сочетаний первоэлементов нарушается, один из них усиливается, человек заболевает, и задача врача – с учетом климата, природных условий, обстоятельств и образа жизни, характера труда и особенностей питания пациента вернуть утраченную пропорцию.

Китайские и тибетские врачи, будучи высокообразованными ботаниками и минералогами, отыскивали для уравнивания первоэлементов тысячи природных средств. Некоторые из них незаметно для нас давно вошли или входят в наш повседневный натуропатический арсенал.

Кто из нас, закашляв, не пользовался травой термопсис или сиропом из корня солодки? Многие научились сбивать жар и останавливать кровотечения с помощью байкальского шлемника, снижать кровоточивость десен с помощью бадана. Наверняка все слышали о чудесах иглоукалывания. Таковы наши заимствования из арсенала восточной медицины. Но это лишь единицы из многих тысяч средств.

Чем еще особенно ценна для нас именно китайская и тибетская медицина: Китай и Тибет климатически похожи на большую часть территории России. А ведь у нас абсолютно самая холодная страна в мире, вторая и третья территории в этом рейтинге – Тибет и Монголия (также практикующая тибетскую медицину). Факторам географии и климата китайская и тибетская медицина уделяет огромное внимание.

Внимание

Большинство рекомендаций китайских и тибетских врачей в наибольшей мере подходят пациентам, живущим в суровой природе под сумрачным небом.

Книга, материалы для которой автор собирал у восточных врачей, ни в коем случае не претендует на роль учебника или пособия по лечению. Хотя автор стремился, насколько это возможно, спрашивать у своих собеседников конкретные рекомендации по лечению и профилактике наиболее распространенных заболеваний, было бы неправильно назначение книги сводить исключительно к этой утилитарной цели.

Автору представлялось важным на конкретных примерах показать те возможности восточной медицины, которые позволяют человеку корректировать здоровье, оставаясь максимально близким к природе. Такие сложные и опасные заболевания, как холецистит, диабет, артрит, в понимании китайских и тибетских докторов отнюдь не приговор. Так, например, сверяя повседневную жизнь с тибетской конституцией, можно снизить ту меру энтропии, что нарушает гармонию трех нъеп, и тем самым отодвинуться от болезни.

Само понятие «лечение» в Китае и Тибете отличается от привычного нам. Лечить – вовсе не обязательно активно вмешиваться в организм с помощью химикатов. Зачастую лечить означает не портить то, что изначально дано человеку. Даны определенные пропорции – соблюдай их, и организм сам отрегулирует нарушенные функции. Если бы мы реально научились этому у восточных врачей, насколько меньше было бы у нас тяжелых проблем и насколько больше могли бы мы радоваться жизни.

Восточная медицина неотделима от буддийской философии. Не углубляясь в эту необозримую тему, все же постараемся проследить связь между основами буддийского миропонимания, прежде всего учением о карме, и гармонией первоэлементов, определяющей здоровье человека.

Нам показалось важным поговорить об астрологии – но не как о вошедшей в моду оккультной дисциплине, а как о неотъемлемом измерении жизни человека в координатах восточной культуры: без исходных астрологических параметров восточный врач даже не приступает к диагнозу. Ведь человек – часть отрегулированного космоса, и, прежде чем подходить к человеку с какими угодно измеряющими системами, следует понять его место в

космосе. В управляемом миропорядке происходит борьба идей, влияющих на психические параметры человека, а психика, в свою очередь, связана с телом и его физиологией. В существующей иерархии начинать надо с круговращения светил и планет – это убеждение лежит в основе восточной медицины.

Важно!

Без исходных астрологических параметров восточный врач даже не приступает к диагнозу.

Большое отражается в малом, а малое – в большом. Этот, казалось бы, отвлеченный принцип, определяющий голографические закономерности в объективном мире колебательных процессов, вдруг отчетливо проявляется в законах рефлексологии – ответах участков тела на раздражения, затрагивающие органы и системы, вроде бы топологически удаленные от этих участков. На этих закономерностях основаны древние массажные и акупунктурные методики, чрезвычайно популярные во всех странах Востока.

Чудо-методика Китая 1: Для правильного диагноза составляется гороскоп

Китайцы и тибетцы ни одного важного шага в жизни не совершают без предварительной консультации с астрологом.

О роли астрологии в современной жизни китайцев и тибетцев мне рассказала доктор Сонам Пальмо, медицинский астролог Института тибетской медицины и астрологии Мен-ци-кханг.

Специалисты департамента астрологии составляют гороскопы, позволяющие делать прогнозы как на текущий год, так и на всю жизнь. При составлении прогноза используется ежегодно издаваемый институтом астрологический альманах на данный год – фактически официальный календарь, в котором указаны благоприятные и неблагоприятные дни. Клиент (хотя обращающегося сюда в равной мере можно назвать пациентом) сообщает точную дату, время и место своего рождения. В ряде случаев полезной исходной информацией становится указание времени, когда были перенесены тяжелые болезни.

Наиболее частые причины обращения: выбор жениха или невесты, предстоящая свадьба, планирование рождения ребенка, выбор профессии для детей, вопросы карьерного роста, финансового состояния. Но главное – выбор путей и методов лечения в случае болезни, дата назначения операции, если таковая требуется.

Институт гарантирует обратившемуся 80 %-ную точность прогнозов, хотя реальная их оправдываемость, по словам Сонам Пальмо, составляет 95 %. Конечно, случаются и ошибки. Однако при их анализе чаще всего выясняется, что они произошли из-за неточного знания пациентом времени или места своего рождения. Порой обратный алгоритм: от случившихся событий – к времени и месту рождения – позволяет астрологу уточнить паспортные данные пациента и при коррекции гороскопа выйти на высокий уровень предсказуемости.

Ученые утверждают

Институт тибетской медицины и астрологии Мен-ци-кханг гарантирует обратившемуся 95 %-ную точность прогнозов.

В восточной астрологии с ее двенадцатилетним «звериным» циклом различают пять «жестких» знаков – Дракона, Собаки, Лошади, Петуха и Тигра, и семь «мягких» знаков – Змеи, Обезьяны, Свиньи, Овцы, Быка, Крысы и Зайца. В годы одного из «жестких» знаков от воли человека мало что зависит – все в значительной мере предопределено гороскопом, и человек действует по диктату обстоятельств. А вот в годы, определяемые «мягкими» знаками, обстоятельства более подвержены изменениям, и от воли человека зависит гораздо больше.

Если человека приводит в институт Мен-ци-кханг физический или духовный недуг, в регистратуре ему вначале предлагают записаться к медицинскому астрологу и лишь после этого визита – к врачу. Потому что астрологическая картина происходящего с человеком, в общем случае, более глобальна, чем медицинская, и астрологический диагноз-прогноз (в данном случае это нераздельное понятие) должен предшествовать врачебному диагнозу. В трудных случаях врач и астролог решают проблему сообща. К примеру, определяют благоприятные время и место для оздоровительной поездки. Поскольку лекарства готовят здесь же, в институте, дата приготовления без астролога не определяется. Назначаемые врачом массаж, гимнастика в раскладе времени согласуются с его гороскопом. Один раз в году, когда начинается сезон дождей и вся вода приобретает ядовитые свойства, приходит «черная неделя», в это время цех приготовления тибетских лекарств закрывается. За началом и окончанием «черной недели» также следит департамент астрологии.

Прогноз на состояние здоровья отличается от аналогичного, который делают западные астрологи, прежде всего тем, что для компенсации негативных аспектов восточный астролог тут же предлагает специальные ритуалы, очищающие карму.

Внимание

Карма, в упрощенном определении, – это зависимость качества жизни (отнюдь не только в материальном смысле этого понятия) от всего, что было совершено данной личностью как в течение нынешней жизни, так и в предыдущих жизнях той же личности, происходивших в других телах.

Эти ритуалы способны существенно изменить астрологический прогноз в лучшую сторону. К примеру, рожденных в год Змеи каждые двенадцать лет при очередной встрече со знаком пресмыкающегося ждут не очень приятные сюрпризы: возможны несчастные случаи, тяжелые болезни. Чтобы усилить защиту, человеку предлагают приобрести специальный амулет, который вместе с буддийским ритуалом резко увеличит защитные силы и снизит вероятность ожидаемых несчастий.

Отдельно строится медицинский прогноз для больных. Если пациент уже проходил курс лечения у врача, но лекарства не помогли – а так бывает, – сам врач направляет к астрологу. Это не значит, что врач допустил ошибку или лекарство оказалось плохим. Просто индивидуальные особенности личности могут быть таковы, что данное лекарство не подошло именно этому человеку, или регламент приема был выбран без учета важных аспектов, рассчитать каковые и призван астролог. Он ищет причину заболевания, уточняет время его начала, определяет, как долго продлится болезнь, когда лучше приступить к новому лечению. И даже такой вопрос решает астролог: к какому врачу лучше обратиться пациенту – китайскому или специалисту-аллопату.

Бывает так, что болезнь, приведшая пациента в институт, на самом-то деле вовсе не болезнь, а следствие наведенной на человека порчи, которая в природе существует, но медициной не изучается и соответственно не лечится. Если дело обстоит именно так, астролог может посоветовать пациенту, какие священные места следует посетить, в каких источниках воды омыться, где и какие обряды лучше провести.