

СОДЕРЖАНИЕ

Благодарности	6
Вступление (от Автора)	8
ЧАСТЬ 1. ОБЩЕЕ	11
Глава 1. Почему я решил рассказать про остеопатию родителям.....	13
Глава 2. Что такое остеопатия и с чем ее едят	23
<i>История развития остеопатии в мире и в России</i>	<i>23</i>
<i>Определение остеопатии</i>	<i>32</i>
<i>Принципы эффективности остеопатии</i>	<i>51</i>
Глава 3. Разбираем роль нейрофизиологии в выздоровлении	57
<i>Важные имена в истории нейрофизиологии ...</i>	<i>57</i>
<i>Три типа стресса</i>	<i>61</i>
<i>Остеопатия, нейрофизиология и психосоматика</i>	<i>80</i>
<i>Резюме</i>	<i>94</i>

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 4. Почему каждый родитель должен владеть основами выздоровления	96
<i>Приоритеты счастья</i>	99
<i>Физика детско-родительских отношений</i> ...	105
Глава 5. Практические навыки	110
<i>Медитация «Точки опоры»</i>	112
<i>Упражнение «Дыхание пупом»</i>	115
<i>Упражнение «Исцеляющее дыхание»</i>	118
<i>Упражнение «Инвентаризация проблемы»</i> ...	127
ЧАСТЬ 2. ЧАСТНОЕ	135
Глава 6. Диагностика	137
1. <i>Жалобы и анамнез</i>	139
2. <i>Визуальная оценка</i>	142
3. <i>Постура</i>	145
4. <i>Общее прослушивание</i>	148
5. <i>Активные тесты</i>	151
6. <i>Пассивные тесты</i>	152
<i>Техника выполнения теста №1</i>	155
<i>«Подвижность черепа в кранио-каудальном направлении»</i>	155
<i>Техника выполнения теста №2</i>	159
<i>«Подвижность черепа в вентро-дорсальном направлении»</i>	159
<i>Техника выполнения теста №3</i>	162
<i>«Подвижность подъязычной кости»</i>	162
<i>Техника выполнения теста №4</i>	165
<i>«Подвижность верхней апертуры грудной клетки»</i>	165
<i>Техника выполнения теста №5</i>	168
<i>«Подвижность нижней апертуры грудной клетки»</i>	168

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Техника выполнения теста №6</i>	171
<i>«Подвижность костей таза»</i>	171
<i>Техника выполнения теста №7</i>	174
<i>«Ротация нижних конечностей»</i>	174
<i>Техника выполнения теста №8</i>	179
<i>«Ротация верхних конечностей»</i>	179
<i>7. Прослушивание</i>	181
Глава 7. Основные манипуляции	186
<i>Техники мобилизации</i>	190
<i>Диафрагма</i>	190
<i>Диафрагма рта</i>	196
<i>Верхняя апертура</i>	204
<i>Декомпрессия таза</i>	209
<i>Тракция крестца</i>	217
<i>Техники вывешивания</i>	227
<i>Затылочная кость</i>	229
<i>Первый шейный позвонок (атлант)</i>	237
<i>Крестец</i>	246
<i>Техники прослушивания</i>	250
<i>Пульс на сонных артериях</i>	252
<i>(упражнение на тренировку пальпации)</i>	252
<i>Ритм дыхания</i>	255
<i>(упражнение на тренировку пальпации)</i>	255
<i>Затылочная кость</i>	258
<i>Диафрагма</i>	261
<i>Краниосакральная ось (КСО)</i>	264
<i>Протокол самопроверки</i>	268
Заключение. Почему надо знать и чувствовать	275
Послесловие	280
Алфавитный указатель	281

БЛАГОДАРНОСТИ

Благодарю моих родителей, которые вложили в меня столько энергии любви, чтобы я мог жить и открывать чудесности этой Жизни.

Благодарю моих деток, которые помогают заново открывать Мир.

Благодарю моих первых читателей за энергию, энтузиазм и обратную связь при создании этой книги Александра Ярмоленко, Дмитрия Чавычалова, профессора Юлию Потехину, Наталию Рудакову.

Благодарю редактора Марию Васильеву за чуткое отношение и кропотливый перевод с профессионального языка на человеческий.

Благодарю Дениса Золотарёва за создание интерактивной поддержки книги.

Благодарю Алексея Шарова за профессиональный подход в видеосъемке упражнений тестирования и выполнения мануальных техник.

БЛАГОДАРНОСТИ

Благодарю Татьяну Гертфельдер за терпеливое создание иллюстраций, отражающих важные для меня детали.

Благодарю мой чудесный коллектив «Центра восстановительных технологий» за помощь в развитии дела восстановления здоровья и счастья наших пациентов.

Благодарю моих драгоценных пациентов. На протяжении десятилетий вы стимулируете меня на поиски новых технологий восстановления здоровья, делаясь своим сокровенным. Вы задаете вопросы и выздоравливаете, становясь счастливыми. Вместе с вами и я становлюсь счастливым.

Благодарю моих преподавателей, Наставников и Учителей, которые терпеливо учили меня смотреть и видеть.

ВСТУПЛЕНИЕ (ОТ АВТОРА)

В своей практике я часто встречаюсь как с людьми более, чем скептически настроенными по отношению к остеопатии, так и с людьми, необоснованно ажитированными некоей мистико-эзотерической информацией. Неверно ни то, ни другое.

С помощью этой книги я проведу вас через тернии научной информации, дам простые и мощные упражнения для самопознания и самосовершенствования, покажу простые и эффективные манипуляции для работы с близкими или расширения профессионального кругозора. И вы увидите, что ничего фантастического в остеопатии нет. Есть только знания, следование Пути и наработка практического опыта. И только прочувствованная информация станет для вас Истиной.

Особо хочу обратиться к родителям и рассказать им, что надо делать для улучшения здоровья наших

ВСТУПЛЕНИЕ (ОТ АВТОРА)

драгоценных деток. Расскажу, как состояние деток зависит от нас, от родителей. Что конкретно надо делать для себя и для своего ребенка, чтобы стать здоровее, счастливее и радостнее. Покажу, как проверить собственными руками, действительно ли вы создаете своими руками счастье, или только ментальная отключенность от настоящего момента.

Прочитав книгу, вы сможете проверить эффективность своей работы или работу любого другого специалиста, применяющего для оздоровления слово, лекарство, манипуляции и другие методы. Возможно, вы обретете новую профессию.

В книге я буду использовать общепринятую орфографию. Однако обращаю ваше внимание на написание одного слова.

Наш мозг думает образами: если мы говорим о бессознательном, то говорим о бесе (неприятный образ для многих) в сознательном; если же мы говорим о бессознательном, то говорим о процессах, которые протекают без участия сознания. Без участия сознания регулируются частота дыхания, частота сердечных сокращений, перистальтика кишечника, размножение различных клеток и так далее — то есть это благоприятные для жизни процессы. Читая книгу, уверен, вы поймете, о чем речь.

Дорогие мои читатели! Согласитесь, что посвятить немного времени изучению теории и практики и всю оставшуюся жизнь использовать практические навыки для улучшения своей жизни и жизни близких — небольшая плата за счастье. В добрый путь!

ЧАСТЬ 1
ОБЩЕЕ



ГЛАВА 1

ПОЧЕМУ Я РЕШИЛ РАССКАЗАТЬ ПРО ОСТЕОПАТИЮ РОДИТЕЛЯМ

Родители — пассионарии поневоле. Им приходится заботиться о своих детках, и это обуславливает их высокую мотивацию. Именно поэтому родителей обучить проще, чем талантливых, но не столь мотивированных людей. И уж точно проще передать родителям навыки самопомощи и помощи детям, чем «вырастить» даже десяток квалифицированных врачей-osteопатов. Врачей, которых на сегодняшний день крайне мало.*

Большинство моих пациентов и просто людей, с которыми мне довелось разговаривать на тему лечения и выздоровления, не понимают основ физиологии и принципов выздоровления. Более того, подавляющее

* Человек, страстно преданный служению какой-либо высокой цели и способный ради нее пожертвовать жизнью.

большинство врачей мало знают об остеопатии и том, куда ее можно вставить в процессе лечения и реабилитации. Этот вывод я делаю потому, что пациенты ко мне на прием попадают чаще не по направлению врача. Бывают единичные случаи, когда педиатры, ортопеды, неврологи направляют к врачу-osteопату, но это лишь подчеркивает общую нерадостную картину.

Чаще пациенты слышат вот такую «рекомендацию» при упоминании остеопатии: «Вам этого нельзя!». Почему нельзя? Откуда появилось это мнение? Не понимая, что такое остеопатия, тем не менее запрещают...

И блуждают во тьме лечения с ложной надеждой на улучшение. Если же от таблетки/ инъекции/ операции/ прочее становится легче, то все сопричастные уверяются в однозначности метода лечения и теряют возможность выздороветь.

Тогда как выздоровление обусловлено Любовью — и более ничем.

Мое понимание Любви, — точнее, умения чувствовать, — было непростым и долгим. Когда в 2015 году на семинаре Вернера Ван Кампа*, посвященном ведению беременности остеопатами, этот невероятный, фантастический Учитель говорил, что «Беременных не надо лечить, их надо любить», я думал: «Отлично,

* Вернер Ван Камп (Werner Van Camp) — практикующий доктор остеопатии, физиотерапевт. Магистр наук в области остеопатии. Остеопатический стаж — более 30 лет. Соучредитель и директор Европейской академии традиционной остеопатии. Соучредитель и директор Швейцарского остеопатического детского центра. Директор Швейцарского центра обучения остеопатической педиатрии.

но уже давай показывай техники, которые надо выполнять».

А ведь к тому моменту я был уже почти умный! За время обучения в Институте остеопатии СПбГУ (2006-2010) я научился пальпировать подвижность внутренних органов, ощущать их собственную ритмичную подвижность — мотильность. Примерно за пять лет до встречи с Вернером Ван Кампом на семинаре другого Учителя, Роджера Гилхриста*, меня научили чувствовать силу, которая проходит даже через заблокированную кость. То есть я научился чувствовать Дыхание Жизни, как называли эту силу пионеры остеопатии, даже за пределами тела. И мне понадобилось еще несколько лет, чтобы понять и научиться применять совет доктора Ван Кампа на практике. Этими знаниями о том, как освободить внутренние силы пациента и запускать процесс выздоровления, я с вами и поделюсь.

Возможности человека я изучаю с 1993 года. В те годы я увлекался культуризмом и пауэрлифтингом. Мне нравилось эстетичное телосложение, включающее в себя здоровье, — культура тела. А также нравилось проявление запредельной силы в приседаниях со штангой на плечах, в жиме штанги лежа и становой тяге. Я искал технологии, которые позволили бы мне прийти к успеху и стать лучшим на соревнованиях. Вдохновлялся историями, которые рассказывали

*Роджер Гилхрист (Roger Gilchrist) обучался Краниосакральной Биодинамике напрямую у ее основателя, Франклина Силлза, затем помогал Силлзу вести курсы в Соединенных Штатах. Гилхрист известен простотой и понятностью изложения своих идей.

об удивительных возможностях человеческого тела, и силой, которая проявлялась во всех этих казавшихся невероятными случаях.

- *В 1982 году Тони Кавалло ремонтировал свой Chevrolet Impala. Он находился под автомобилем, когда домкрат не выдержал и автомобиль упал на парня. Его бабушка Анджела Кавалло увидела это и бросилась спасать внука. Женщина руками подняла автомобиль весом 1750 кг на 10 см, и соседи вытащили Тони. Через два дня его выписали из больницы в полном порядке.*
- *В 2015 году на пятилетнего мальчика наехал внедорожник. Ник Уильямс увидел бледное лицо мальчика с выпученными глазами и пеной у рта. Ник поднял автомобиль, и отец вытащил мальчика. Мальчик получил травмы, но выжил.*
- *Роберт Реннинг увидел загоревшийся автомобиль. Он бросился на помощь находившемуся внутри водителю. Дверь заклинило, но Роберт не сдавался. Прибывший на место происшествия полицейский Закари Хилл обнаружил, что водитель жив, а дверь буквально сложена пополам. В дальнейшем больше так сделать Роберт не смог.*

- В 1962 году японцы провели эксперимент с детьми, у которых была аллергия на ядовитый плющ. Детям натирали руку листьями ядовитого плюща, сообщая, что это листья сакуры. Для контроля натирали другую руку листьями сакуры, сообщая, что это ядовитый плющ. У всех детей появилась сыпь на той руке, которую натирали сакурой, выдаваемой за ядовитый плющ. А там, где кожи коснулся яд, у 11 из 13 детей не было сыпи.

Во всех этих историях я видел, как «всего лишь» сила мысли изменила физиологию человеческого тела, и это вдохновляло на дальнейшие поиски. Меня интересовали конкретные методы, которые могли улучшить результаты, и я добивался своего: без всякой амуниции и стероидов становился призером и победителем соревнований по пауэрлифтингу. Даже занял 4-е место на чемпионате России в федерации WDFPF.

Дальнейшие поиски ответа на вопрос «Как управлять физиологией?» привели меня в медицину, и в 2001 году я закончил педиатрический факультет Владивостокского государственного медицинского университета.

Именно настрой на поиск лучших методик позволил мне быстро осваивать врачебные профессии и не останавливаться на достигнутом, а продолжать

ОБЩЕЕ

развиваться в смежных специальностях, проясняя причинно-следственные связи заболеваний.

Перечень медицинских направлений, где я получил основные знания и навыки:

- педиатрия;
- детская хирургия;
- детская травматология-ортопедия;
- вертебродология.

Недостаток понимания, почему одни выздоравливают, а другие едва восстанавливаются, вел меня к дальнейшему изучению наук и практик:

- Институт остеопатии Санкт-Петербургского Государственного университета;
- «ПИЛОТ» — школа последипломного остеопатического образования доктора И.А. Литвинова;
- традиционная китайская медицина в школе S.F.E.R.E., директор Жан-Пьер Гильяни (Франция);
- краниосакральная терапия UPLEDGER INSTITUTE, директор Джон Апледжер (США);
- краниосакральная биодинамика WELLNESS INSTITUTE, директор Роджер Гилхрист (США);

ПОЧЕМУ Я РЕШИЛ РАССКАЗАТЬ ПРО ОСТЕПАТИЮ РОДИТЕЛЯМ

- метод физиологических цепей, Формация Бюске, директор Леопольд Бюске (Франция);
- традиционная (ранее биодинамическая) остеопатия в школе «Дыхание жизни», директор Джеймс Джилос (США);
- биодинамическая остеопатия в педиатрии, SOCK, директор Вернер Ван Камп (Швейцария);
- Школа биологического декодирования болезней, директор Кристиан Флэш, (Франция);
- гуманистический гипноз в институте IFNE, директор Оливье Локер, (Франция);
- Школа интуитивной психопрактики, директор Сесиль Калишон (Франция);
- Институт системной терапии и организационного консультирования «ИСТОК», директор Воробей С.В. (Россия, Санкт-Петербург) и CLARO (Германия).

Также с 2007 года обучался на многих десятках научно-практических семинаров отечественных и зарубежных преподавателей по остеопатии. Был участником и спикером отечественных и международных симпозиумов, посвященных остеопатии.

Начав практиковать остеопатические методы лечения в 2006 году, я увидел, насколько быстро и легко