

Тайны врачевания Древнего Китая

К. В. Львович (Кочетков В. Л.)

Книга издана в 1990 году тиражом 10 000 экземпляров под псевдонимом. По сути, это вольное изложение отдельных глав «Нэй-цзин». С некоторыми сокращениями, ничего не исправляя, представляю ее вашему вниманию.

«Я тут вам просто так расскажу, а вы уж просто так послушайте».

Чжуан-цзы.

«Дорога в тысячу ли начинается с первого шага».

Лао-цзы.

Люди болели всегда. Занятие это, как известно, малоприятное, но часто неизбежное, поэтому, как только человеческое стадо стало именоваться племенем, оно создало некую службу здоровья, состоящую из колдунов, шаманов и прочих магов, которые постоянно или по совместительству занимались телом и душой соплеменников. Примерно в таком же виде эта служба существует и сейчас. Несколько усложнилась иерархия, если главный шаман, шаман, помощник шамана, то теперь от минздрава до сельской участковой больницы всего и не счесть.

Врачевание, вероятно, профессия древнейшая, некоторые приоритет оспаривают, но это от лукавого, ибо предлагаемый претендентками на первенство товар, тогда товаром еще не являлся.

В то славное первобытное время медицина еще не делилась на народную и антинародную, как теперь, и что удивительно, при наличии государственной системы охраны здоровья народа старинные лечебные способы, магические обряды, охранные амулеты, психотерапевтические заговоры применяются и поныне, в основном за пределами государственной системы здравоохранения. Да и трудно представить ритуальный танец в исполнении медперсонала поликлиники, а главного врача вообразить шаманом, руководящим действием вокруг больного с дизентерией.

Как бы там ни было, обе созданные службы здоровья существуют, одна в полуподпольном состоянии, другая в полуинвалидном. Нельзя сказать, что обе они совершенно обособлены друг от друга: новая медицина перенимает опыт старой – фитотерапию, акупунктуру, магические телесеансы и прочее, старая тоже не дремлет, создает центры нетрадиционных методов лечения, организует курсы подготовки и повышения квалификации колдунов (экстрасенсов по нашему) клубы любителей биоэнергетики (т. е. магические секты) и так далее. Самое странное, что старушка народная медицина, как ее теперь называют, не померла и не почил в глубине веков в момент рождения и развития государственного медицинского монстра. Наверно, потому, что современная медицинская система есть – ожидаемых плодов деятельности нет. Напрашивается вывод, что для пользы дела, для здоровья соплеменников, а ныне граждан, ничего нового с тех давних доминздравовских пор и не предложено. Вся так необходимая, по признанию руководителей нашего здравоохранения, техника во главе с компьютерами возложенную на них надежду не оправдывают, и подтверждением этому служит существование древней медицины не только у нас, но и у них, недавних идеологических противников, где нет недостатка в финансах, медикаментах и этих самых компьютерах, на которые так надеются те, кто у нас всем этим распоряжается. Да оно и понятно, ибо их самих творит человек, как Бог, по образу своему и подобию, а лучше самого себя не сделаешь. Но самое любопытное: древние эскулапы без всей современной техники, без которой сейчас ну никак нельзя, спокойно обходились.

В сущности мир с тех давних пор, а следовательно, и человек практически не изменился, и врачи – как тогда, так и сейчас – были разные. Некоторые доктора древности (наверное, самые ленивые) придумывали различные способы сохранения здоровья, чтобы каждый желающий мог самостоятельно содержать свой организм в должном порядке, а они (ленивые доктора) наслаждались бы «недеянием» и лишь изредка, чтобы совсем не заскучать, лечили злостных нарушителей гармонии в собственном организме – легкомысленных современников, пренебрежительно относящихся к своему здоровью. И сейчас мы подошли к тому, ради чего начали этот разговор: было, было это чудодейственное средство, эликсир жизни (название не суть), что знала древняя медицина и что позволило ей выжить даже в суровую пору забвения всего и вся.

Но не обольщайтесь, вы не найдете в этой книге рецепта от всех болезней, мы только попытаемся показать ту красивую простоту, гармонию, охраняя боле которую можно жить долго, не зная болезней, наслаждаться жизнью почти столько, сколько захочется.

В начале было слово, т. е. все начинается с философского осмысления законов, которые существуют в этом мире, и неважно, кто их автор, важно знать, что они есть, и следовать им, уметь пользоваться этими законами. Вот об этом мы и поговорим.

Слово – символ

Давным-давно, когда человечество включило в свой лексикон, кроме возгласов, крика и плача, членораздельные слова, т. е. когда у него появилось свободное время для бесед о смысле бытия, люди создали символический язык, который позволял экономить время, одним символическим словом выразить собеседнику целую уйму понятий и образом, которые он сумел разглядеть в неспешном чередовании дней и ночей, зим и лет, в окружающем его мире. Например: «время» – и все ясно (попробуй объясни без этого слова, что вы имеете в виду, объясни-ка ребенку, что пришло время спать, – пробовали?). Так вот, каждый народ создавал свой символический язык, придумывал свои символы и понимал под этими символами совершенно определенные вещи. Проблема в том, что те люди, создававшие эти символы, давно ушли от нас и довольно далеко, у них не спросишь: а что вы подразумевали под тем или этим словом? Кстати, не только слово имело свой символический смысл, но и жест, цвет, прическа, все что угодно, и тем, кто этими символическими знаками пользовался, все было понятно. А понятно ли нам? Что-то понятно, а вот что-то непонятно, да и так ли понято? Почему нечто называется так, а так – и не иначе, и не наоборот? Тот ли образ возникает в нашем сознании и тот ли смысл мы вкладываем, произнося слова и свершая обряды? А слов мы говорим много, и весь наш этикет и нормы поведения есть продолжение древних обрядов, имеющих определенный символический смысл. И говорим, и делаем, а что за этим скрывается – часто не знаем.

Так вот, врачи Древнего Китая жили и трудились, не зная поликлиник и здравоохранения, можно сказать, по патенту об индивидуальной трудовой деятельности (вот этот наш язык древние бы не поняли, а нам ясно). Скажи больному «поликлиника» – ему станет плохо, скажи врачу «здравоохранение» – поплохееет врачу, «патент» – исполкому. Не ведая организационных структур, древние медики перебивались от пациента до пациента, не зная поддержки дружного коллектива, сами по себе, аппаратуры никакой, инструмент – девять самодельных игл, импортных медикаментов нет, так, травки какой насобирают, лаборатории примитивные, чашка, плошка, да костер. Все, как у нас, да и властимущие чудили, этикет не позволял прикасаться к высокопоставленным особам, а иногда и смотреть на них – как хочешь, так и лечи.

Эти невыносимые условия труда и быта вынудили древних мыслителей, врачей, философов внимательнейшим образом присмотреться к происходящим вокруг них переменам, как мы теперь говорим, в природе, и понаблюдать, как эти перемены взаимодействуют с процессами

внутричеловеческими, т. е. с душой и телом человека. Они создали систему знаний, позволяющую ее последователю иметь тело в состоянии здоровья, а душу – состоянии покоя. Того самого покоя, который заслужил Мастер в великом магическом романе 20 века.

Естественно, без символического языка и они не обошлись. Самое главное они назвали слово Дао – что это такое, мы разбирать не будем, нас интересует в основном медицинский аспект учения, а желающие проникнуть в самую суть могут обратиться к первоисточникам – «Дао дэ цзин», например, где сказано: «Дао, которое может быть словами, не есть постоянное Дао». «Дао пусто, но в применении неисчерпаемо». «Дао постоянно осуществляет недеяние, однако нет ничего такого, что бы оно не делало». «Дао рождает одно, одно рождает два, два рождает три, а три рождает все существа. Все существа носят в себе Инь и Ян, наполнены Ци и образуют гармонию».

А трактат «Чжуан-цзы» читаем такой интересный диалог: «Дунго-цзы, обратившись к Чжуан-цзы, спросил: «Где находится то, что названо Дао?». «Нет такого места, где бы его не было», – ответил Чжуан-цзы. Дунго-цзы сказал: «Назови место его пребывания, и тогда я смогу понять!». «В медведке и муравье», – ответил Чжуан-цзы. «А в чем-нибудь ниже этого?». – «В сорной траве и куколке». – «А в чем-нибудь самом низком?». «В кале и моче».

Итак, тех, кто говорил о Дао и следовали ему, стали называть даосами. Они сказали, что существуют Инь и Ян, пять элементов, Ци, недеяние и многое другое. Крайне важные вещи. Мы будем касаться в нашей беседе всех этих понятий, однако для простоты (а мы считаем, чем проще, тем лучше) обозначать знакомыми, привычными для нас словами, в том значении этих слов, которые наиболее точно поясняет смысл термина в исследуемой ситуации.

Энергия и человек

Традиционная китайская медицина есть медицина энергетическая: все, что происходит в человеке и вокруг него, рассматривается как процессы энергетические, количественно и качественного преобразования энергии, но не только энергии. Вообще термин Ци, переводимый часто как «энергия», думается, не совсем то, что подразумевали даосы, но нам будет достаточно именно этого значения Ци – энергия, т. е. то, что движется и что движет.

У даосов все просто: человеку хорошо и он здоров тогда, когда у него в организме в целом и в отдельных частях, системах энергии столько, сколько ее должно быть в определенный момент времени. Тогда человек находится в состоянии гармонии, как внутри себя, так и со всем, что его окружает. Гармония, желанная иногда, кажется, недостижимая – что это? Не тот ли покой, которым награждают? Значит, гармонию, покой, как награду, надо заработать. Это, пожалуй, единственно, что нельзя купить у них, в обществе потребления и украсть в нашем обществе.

Следовательно, если в каком-либо отделе или части организма избыток энергии, что называется полнотой, в неподходящий момент – человек болен, если недостаток, что называется пустотой, тоже болен.

«Полнота – пустота» – очень важные понятия. Мы не расстанемся с ними до конца книги.

Остается выяснить, когда и что должно быть в полноте, а что и когда может быть в пустоте. Если нам это удастся, дело за малым: установить, где полнота, где пустота в настоящий момент у вас, уважаемый читатель, и если есть неполадка, как его можно устранить, восстановить утраченную гармонию и насладиться покоем.

Вперед, задачи определены, путь выбран, как говаривали древние, «стремящийся достигнет, но целеустремленный достигнет скорее».

Человек является частью вселенной, занимает в ней совершенно определенное место, не центральное, но, скажем, главное. Все энергетические процессы, происходящие в человеческом организме, качественные изменения состояния энергии есть точная копия изменений этого состояния в окружающей его природе. Природа, повинаясь лишь ей одной известному порядку, чередует день и ночь, зиму и лето, солнце и луну и так далее. Этот своеобразный ритм, подобный потоку, без начала и конца, может служить нам отличным ориентиром происходящих изменений энергетического состояния природы. И здесь становится понятным определенное человеку место – не центральное, но главное, потому что только он сознательно, самостоятельно, повинаясь не инстинкту, а своему разуму, может изменять состояние энергии своего организма, приводить его в соответствие с природным энергетическим ритмом. И не только в себе самом!

Но человек есть человек, главное место его, видимо, не устроило, и он решил занять центральное, легкомысленно воспользовался не природным ритмом, а одобренным минздравом инструкциями. Окружил себя сомнительными «социальными гарантиями», а болезни свои, вместо того, чтобы их не иметь, поручил статистике, данные которой о заболеваемости и смертности мы здесь не приводит, дабы не нагонять жути на сентиментального читателя.

А теперь познакомимся с энерго-анатомической структуры нашего организма, естественно, в даосском понимании. Сразу следует сказать о недопустимости какой-либо специализации по органам и частям: организм – цельная система и рассматривать ее можно лишь в целом, а в последующем анализ отдельных частей вполне допустим, иногда необходим, но оценивать состояние каждой из них возможно только в комплексе с другими. На практике один специалист (по меткому выражению Козьмы Пруtkова, таковой подобен флюсу, полнота которого односторонняя), изучает больного ниже пояса, другой – выше пояса, третий – ухо, а то, что находится между ними – глаз, к примеру, – не трогает. Специалисты не виноваты, основополагающее учение, как неконкурентоспособное, не терпит в стенах медицинских вузов иных философских традиций, оно так увлеклось расчленением человека и всего мира на составляющие, что от них почти ничего не осталось. Но и оно не безгрешно, присмотритесь: верхне-нижние специалисты есть, предне-задние есть, наружно-внутренние есть, а левых правых нет, и напрасно – бывает, болит не только снизу или сверху, спереди или сзади, но слева и справа. А ежели болит везде, нужны все специалисты срезу, консилиум то есть.

Так вот, мы не случайно представляем человека целостно в объеме и пространстве, так как энергия движется по организму в совершенно определенном направлении и нарушение этой циркуляции вызывает ту или иную объемно-пространственную локализацию болезни. В норме направление движения энергии в теле совпадает с направлением движения в природе: весной, утром – вверх, слева направо, из глубины к поверхности, осенью, вечером – вниз, с поверхности тела в глубину. Как видите, у нашей медицины еще есть возможность для реорганизации, да и политический плюрализм разрешает расчленять единый клан на правых и левых, невропатологов, окулистов, пульмонологов, сохранив фракцию специалистов-центристов – гинеколога, проктолога и др.

Представляя организм как единое целое, древние выделяли в целостности составляющие ее части, от единого к множеству и от множества к единому, исключительно для лучшего понимания процессов, происходящих в организме, а следовательно, для точного воздействия на тот или иной орган или систему, дабы не палить из пушек по воробьям, т. е. если болит палец, лечить палец, при условии, что все остальные системы организма не повреждены, а не

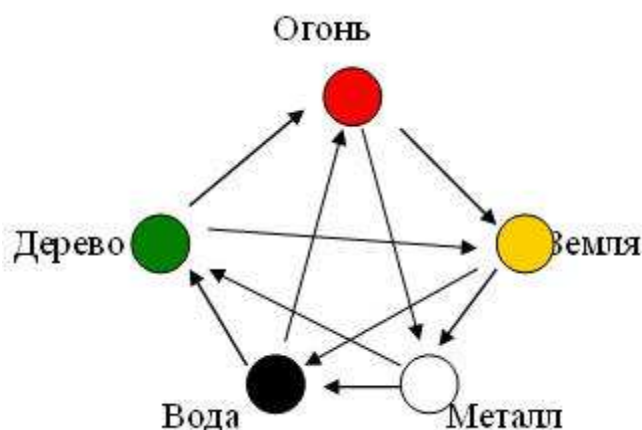
предлагать пациенту с больным пальцем анальгин, зная, что он помогает от боли вообще (и уж тем более не для того, чтобы выделять специалистов, лечащих только пальцы).

Так вот: от единого – к множеству. Китайская медицина выделяет шесть плотных органов: печень, сердце, селезенка, легкие, почки, перикард. Задачей их является сохранение и преобразование энергии, можно сказать, духовные составляющие, эмоции, психика человека. Шесть полых органов: желчный пузырь, тонкая кишка, желудок, толстая кишка, мочевой пузырь, тройной обогреватель. Деятельность их направлена в основном на транспортировку энергии. Каждый (плотный и полый) органа имеет свою энергопроводящую и управляющую систему, называемую обычно меридианами, несущими определенный набор биологически активных точек. Каждый меридиан имеет свои вторичные структуры, энергопроводящие пути – наружные, внутренние, связующие как отдельные меридианы, так и целые энергетические системы друг с другом. Следуя от множества к единому, выделяют меридианы, волею случая названные «чудесными», которые объединяют энергетические системы разных органов и позволяют влиять на них опосредованно. Этих «чудесных» меридианов, или сосудов, (иногда их называют озерами) выделяют – восемь. Если сравнить течение энергии по организму с потоками воды, известные двенадцать меридианов, соответствующие шести плотным и шести полым органам, можно назвать реками. И далее к единому по аналогии: существуют энергообъединения, называемые морями, в которые, естественно впадают реки и озера. Таких морей четыре: море энергии, море пищи, море крови, море костного мозга. Каждая энергосистема, от морей до отдельных участков меридианов, имеет, свои пункты управления – биоактивные точки. Даже при поверхностном взгляде на энергетическую структуру организма становится, что она очень сложна и познать ее всю никому и никогда не удастся. Это заключение для философа означает, что и стремится это делать не нужно, «нельзя объять необъятное».

Мы будем в основном говорить о принципах и, учитывая объем данной работы, очень кратко, оставляя возможность читателю самостоятельно проанализировать и просинтезировать то, что ему покажется достойным внимания в нем самом и вокруг него.

Весь мир – пять элементов

С Дао, думаю, все ясно, Инь-Ян обсудим в процесс, а вот пять элементов обойти никак нельзя.



Мир в представлении древних китайцев состоит из пяти элементов. Дерево, Огонь, Земля, Металл, Вода. Эти таинственные элементы встречаются во многих философских системах, где три, где четыре, называются они по-разному, но смысл, вероятно, имеют одни (а может, и не один), объяснить который и в наше время всеобщего среднего образования затруднительно. Но без понимания смысла, которые несет в себе каждый из пяти, дальнейший разговор о предмете будет невозможен.

Каких только объяснений этих понятий не встречается в литературе, но чаще ограничиваются только перечислением свойств этих символов. Мы пойдем уже изведанным путем и предположим, что все элементы, расположенные в строгой последовательности при взаимовлиянии друг на друга, обозначают определенное состояние энергии в природе, организме и изменение этого состояния от перехода одного элемента в другой в течение года, дня, жизни.

Прежде чем рассмотреть, как преобразуется энергия, следует установить соответствие каждого элемента составляющим окружающего нас мира и самого человека.

Дерево – восток, весна, утро и одновременно – печень, желчный пузырь. Цвет – зеленый, вкус – кислый, органы чувств – глаза, ткани тела – сухожилия, связки, эмоции – гнев, крик.

Огонь – юг, лето, полдень, а также сердце, тонкая кишка. Цвет – красный, вкус – горький, органы чувств – язык, ткань тела – кровь, сосуды, эмоции – радость, смех.

Земля – центр, конец лета, и соответственно – селезенка, желудок. Цвет – желтый, вкус сладкий, ткани тела – подкожная клетчатка, мышцы, органы чувств – губы, рот, эмоции – сомнение, размышление, мечтательность, беспокойство.

Металл – запад, вечер, по органам – легкие, толстая кишка. Цвет – белый, вкус – острый, пикантный, органы чувств, нос, обоняние; ткани тела – кожа, волосы; эмоции – грусть, тоска, печаль, плач.

Вода – север, полночь, а также почки, мочевой пузырь; цвет – черный: вкус – соленый; органы чувств – слух, уши, ткани тела – кости, костный мозг; эмоции – страх, стон.

Упомянутые органы перикард, тройной обогреватель остались несколько в стороне, но относятся к элементу Огонь, и в силу своих особых функциональных характеристик в пятиэлементную систему не включены.

Теперь нам осталось рассмотреть взаимоотношения пяти элементов друг с другом, и станет ясно, как использовать вкусы, цвета, эмоции и пр. для сохранения гармонии или восстановления ее, если она утрачена.

Рассматривать и анализировать каждый элемент в отдельности невозможно, поэтому будем говорить обо всех сразу. Вспомним понятия полноты и пустоты, а также представим себе, что энергия может находиться в состоянии активности или относительно покоя, – это еще в школе учили.

Дерево – начало движения, энергия активизируется, достигая определенной степени активности. Разгоняясь, Дерево становится Огнем, с ним просто, он пылает, его не удержать, но бесконечно гореть он не может, и, несколько охлаждая свой пыл, Огонь становится Землей. Земля – это состояние равновесия между активностью и покоем (и того и другого поровну), но когда покой начинает преобладать, Земля превращается в Металл. В некотором смысле Металл – элемент, противоположный Дереву: если состояние Дерева выражает стремление к активности, которая и преобладает, то состояние Металла – стремление к покою, который преобладает. Когда это преобладание достигает определенной величины, Металл становится Водой, т. е. покой достигает своего максимума, полного покоя.

Но заметьте: ни один элемент не состоит целиком из одной составляющей, активность и покой переходят друг в друга плавно и постепенно, никогда не вытесняя свою противоположность полностью. Этот порядок следования, перехода одного элемента в другой подразумевает «питание», поддержку одного элемента другим. Дерево поддерживает

Огонь, Огонь – Землю, Земля – Металл, Металл – Воду, Вода – Дерево. Но для полной гармонии элемент не только поддерживает последующий, но может подавлять противоположный. Дерево будет подавлять Землю, Огонь подавляет Металл, Земля угнетает Воду, Металл властвует над Деревом, Вода над Огнем. Если в системе каждый из элементов имеет в данный момент времени то состояние энергии (активности и покоя), которое необходимо, – гармония существует.

Особо отметим, что вся система динамична, постоянно находится в движении и преобразовании, ни на мгновение не останавливаясь. И если все следует так, как задумано, останавливать мгновение и не требуется – за одним прекрасным мгновением придет другое, не менее прекрасное. Процесс бесконечен, в этом смысле мы с вами, уважаемый читатель, бессмертны.

Теперь небезынтересно будет поговорить о перечисленных выше соответствиях: как все это работает? Каждое соответствие разбирать не будем ради экономии времени, но для убедительности некоторые пояснения дадим, остальное читателю придется додумать самостоятельно.

Итак, Дерево, начало движения, рост активности, производство, природа принаряжается в зеленый цвет весной («Молодо – зелено», – говорим о юности). Полнота энергии в печени, желчном пузыре – человек в гневе, а в гневе он кричит, и крик его страшен. Кстати, как только я вижу избыток энергии в печени, желчном пузыре, то знаю: передо мной вспыльчивый, гневливый, раздражительный человек.

Огонь – понятно, красный, полнота энергии в сердце, человек весел, болтает без умолку языком, избыток крови придает лицу красноватый оттенок, чашка горького черного кофе обязательно придаст силы и бодрости.

Центральный элемент – Земля – тот, кто имеет избыток подкожной клетчатки, человек, равнодушный к сладкому, часто беспокойный и мнительный, а тот, у кого не в порядке желудок, имеет обычно землистый цвет лица.

Металл – осень, закат солнца на западе, волосы белеют (осень жизни), а иногда и просто выпадают, особой радости в этом нет, тоскует человек, грустит и плачет.

Вода – ночь, старость, истощается энергия почек, и вообще вся энергия, старики и летом иногда ходят в пальто, а когда совсем истощаются, лишь стон, предвестник смерти, призывает нас беречь драгоценную энергию – основу жизни.

Теперь для большей убедительности попытаемся проанализировать патологическое состояние нашего организма, известное, как думается, почти всем читающим эти убедительные строки. Смоделируем ситуацию, Вы здоровы, весна, утро, праздник, новая луна. Итак, вы садитесь за пиршественный стол и поднимаете первый бокал алкоголя, вкус которого, по представлению древних, острый и соответствует Металлу. (Впрочем, человечество так поработало над этим продуктом, что определить его точный вкус иногда не представляется возможным. Но возьмем самый распространенный напиток). Итак, он вызывает у вас аппетит, и понятно, первый бокал первым принимает желудок и, естественно, активизируется. Затем вы чувствуете прилив бодрости: алкоголь содержит колоссальное по сравнению с другими продуктами количество энергии. Говорят, в некоторых слаборазвитых странах алкоголь используют как автомобильное горючее, но у нас, в стране цивилизованной, это совершенно невозможно: попытка такого энергетического переворота после прилива бодрости, вероятно, парализовала бы страну. Да, послед этого энергия наполняет сердце, дух человека расцветает, он чувствует в себе силу необычайную, радость

и любовь расточает он вокруг себя, смех, шутки, разговор самый душевный – в общем, нет проблем.

Если сейчас остановится, то проблем действительно не будет, но человек, считающий, как мы помним, себя центром вселенной, продолжает и наполняет энергией еще и печень, а вот это уже напрасно. Глаза его наливаются: печень контролирует глаза (Помните выражение «налил глаза» – это как раз об этом). А когда наливаются глаза явно слишком, избыток печени вызывает уже не радость и благодушие, а гнев и злость. Ну а что происходит дальше, можно прочесть в сводках МВД и соответствующих протоколах.

Но перед этим есть еще момент, когда энергия наполняет легкие и человек хочет петь громким голосом, причем ту песню, слова которой почему-то все сразу забыли... Утро следующего дня, сцена вторая. Глаза как были, так и остались, единственно, что добавилось, так их не открыть, отек подкожной клетчатки, за подкожу отвечает селезенка, а мы ее вчера, вместе с желудком, просто загоняли разными стимуляторами. Лицо желто-землистого цвета то этой же причине. Обратите внимание на губы, за них тоже отвечает селезенка. Голова в огне – не напрасно назвали этот напиток «огненной водой», – жажда как в пустыне. Пейте, пейте: пожар надо тушить. За полнотой приходит пустота, что подтверждается отсутствием каких бы то ни было сил, слабым, жалобным голосом и тоской под сердцем.

Сцена третья. Позвольте напомнить вам одну легенду. В некотором царстве-государстве освободилась должность придворного лекаря (то ли умер лекарь, то ли монарх, сейчас точно неизвестно). Тамошняя пресса сообщила о вакансии, и повалили асклепии на конкурс, – должность, понятно не безбедная. Государственная администрация оказалась в некотором затруднении. Как выбрать лучшего, кому доверить царскую фамилию? Как бы опять конфуза не случилось. Выход нашли простой (раньше все было просто) – экзаменатором пригласили... палача. Взял палач кнут или просто палку (чего уж там, все свои) и стал деликатно, но со знанием дела выяснять, как со здоровьем у претендентов, – медосмотр по-нашему. После экзекуции, первой части экзамена, конкурсантов снесли в подходящий для этого случая подвальчик и оставили наедине самих с собой. Того, кто первый умудрился привести себя в приличное состояние, и брали на службу. Решение почти гениальное: если сможет вылечить себя, сможет вылечить и других! «Врач, излечи себя сам». Так вот, в третьей сцене вы приступаете к коррекции накопившихся за прошлую жизнь нарушений в вашем организме. И здесь опыт предков, генетическая память подсказывает, что нет и не может быть ничего лучше рассола, а почему? – вспомним пять элементов. Селезенка, над которой мы измывались весь день от полноты своей, совсем задавила почки, а если вам повезло и вы провели ночь с дамой, то можно сказать смело, что в почках энергии почти нет. И чтобы их поддержать, вы и принимаете внутрь рассол, который имеет вкус соленый, а соленое в данной ситуации пустоты почек для них просто необходимо.

Есть еще способ корректировки, имеющий несколько отличный лечебный эффект: подобное лечится подобным. Любой чрезмерный избыток может вызвать блокады энергосистем, т. е. нарушение порядка циркуляции энергии в организме. И здесь, вновь принимая алкоголь, еще добавляя энергии, вы мощным толчком эти блокады разрушаете. Вам опять хорошо. Что ж, мы за вас рады.

Энергетический календарь

То, о чем мы говорили, происходит внутри нас. А что творится снаружи, как изменяется энергия вокруг нас, пока вы читаете эти любопытнейшие строки? На этот вопрос ответит китайский календарь, мы поможем понять его символический язык.

Древний календарь имеет совершенно отличную от нашего современного календаря структуру. Если мы интересуемся в основном сезонными изменениями и недельным ритмом,

проживая нам отпущенное от отпуска до отпуска и от субботы до субботы время, то в древние времена, когда отпусков, вероятно, не было, предки наши, составляя свой календарь, интересовались совершенно иными переменами в окружающем их мире.

Как мы договорились, все рассматриваемое нами анализируется с позиций энергетических. Как меняется состояние энергии в природе и человеке, в нас вами, в чередовании лет, месяцев, лун, дней и часов?

Вопрос этот весьма объемный, поэтому лишние детали оставим в покое, возьмем самое главное, что необходимо знать для поддержки в состоянии гармонии нашего организма, имеющего выходные и отпуск, но тем не менее нуждающегося в тщательной заботе.

Необходимо ввести новые символические понятия, используемые древними в своем календаре, так называемые циклические знаки, состоящие из двух порядков – «Небесные ветви» и «Земные корни».

«Небесные ветви» числом 10 имели соответствие с пятью элементами и назывались ЦЗЯ, И – символ Дерево, БИН, ДИН – символ Огонь, У, ЦЗИ – символ Земля, ГЭН, СИНЬ – символ Металл, ЖЭНЬ, ГУЙ – символ Вода.

Все, как всегда, просто: в день или год, находящийся под определенным знаком, один из элементов был в состоянии большей активности, нежели другие. Это можно сказать по горизонтали, если посмотреть в таблицу. Для уточнения по вертикали введены еще и «Земные корни», названные ЧЗИ и символизирующие месяц ноябрь (начало года по китайскому календарю) и время суток от 23 до 01 часа. Следом назван знак ЧОУ – декабрь и время от 01 до 03 часов, затем ИНЬ – январь и время от 03 до 05 часов, далее МАО – февраль, от 05 до 07, ЧЭНЬ – март, от 07 до 09, СЫ – апрель, от 09 до 11, У – май, от 11 до 13, ВЭЙ – июнь, от 13 до 15, ШЭНЬ – июль, от 15 до 17, Ю – август, от 17 до 19, СЮЙ – сентябрь, от 19 до 21, и последний в списке ХАЙ – октябрь, от 21 до 23 часов. Это полный цикл, годовой и суточный.

Каждой известной энергетической системе, двенадцати органам китайской медицины соответствует период времени повышенной активности. Легкие в течение суток активней в часы от 03 до 05, толстая кишка – от 05 до 07, желудок – от 07 до 09, селезенка – от 09 до 11, сердце – от 11 до 13, тонкая кишка – от 13 до 15, мочевой пузырь – от 15 до 17, почки – от 17 до 19, перикард – от 19 до 21, тройной обогреватель – от 21 до 23 часов, желчный пузырь – от 23 до 01 часа, печень – от 01 до 03 часов.

Как видите, каждому условному «часу» соответствует период активности того или иного органа и его системы. Если мы сведем в табличку имеющиеся у нас данные, получится интересная картина, цикл с периодом в 60 лет и 60 дней. Каждый год и день будет иметь собственное название и характерную для него энергетическую сущность.

Известные знаки зодиака и есть 12 земных корней, а в сочетании с пятиэлементными небесными ветвями каждый корень или зодиакальный знак приобретает свой характерный цвет: если Вы, скажем, – свинья (простите, кабан), то зависимости от того, на какую небесную ветвь выпадает ваш знак ХАЙ, вы приобретаете совершенно определенную окраску, масть, породу в конце концов. Свинья, родившаяся в 1959 году, будет желтой, а 1947 – красной, в 1935 – зеленой. Свинья свинье рознь, мы знаем это из практического опыта общения со свиньями и другими представителями зодиакального цикла не 12-летнего, а 60-летнего.

Важное значение имеют земные корни в течение года. Согласно исследованиям древних ученых, знаку ЧЗИ соответствует ноябрь, а в энергетическом смысле это означает, что в этом

месяце энергия организма в большей степени находится в системе селезенки слева. В знаке ЧОУ, т. е. в декабре, в системе почек слева, в знаке ИНЬ – в январе, в системе печени слева, в МАО – феврале – в мочевом пузыре слева, в ЧЭНЬ в марте – в желудке также слева, а в СЫ – в апреле – в желудке, но справа, в У в мае – в мочевом пузыре справа, в ВЭЙ – июне – в печени справа, в ШЭНЬ – июле – в почке справа, в Ю – августе – селезенке справа, в СЮЙ – в сентябре – в желчном пузыре справа, в ХАЙ – октябре – в мочевом пузыре, но слева.

Нетрудно заметить закономерность: в теплый период года энергия предпочитает правую сторону тела, и наоборот, в холодную – левую.

Если земные корни соотносятся с системами организма, расположенными ближе к земле, на ногах, то, естественно, системы, расположенные на руках, соотносятся с небесными ветвями, так руки ближе к небу, чем ноги.

Знаку ЦЗЯ соответствует система тройного обогревателя слева, т. е. в день ЦЗЯ энергия устремляется в меридиан тройного обогревателя слева, где и находится до следующего дня Дерева, дня И, и затем перетекает в систему тонкой кишки также слева, затем в день БИН в толстую кишку слева, а в день ДИН – в толстую кишку справа, в день У – тонкую кишку справа, в ЦЗИ – в тройной обогреватель справа, в ГЭН – в систему сердца справа, в СИНЬ – в систему легких справа, в ЖЭНЬ – в легкие слева, в ГУЙ – в сердце слева.

Оставим законный вопрос, почему энергия ведет себя таким причудливым образом, поверим древний и ей самой – она знает, что делает. Нам важнее знать, в какой день и месяц какой орган, систему она предпочитает, и не повредить ее во время наших лечебно-профилактических манипуляций с собственным органом. Пусть все течет само собой, и, следуя этому постулату, мы не будем в соответствующие дни, месяцы воздействовать на эту систему, где энергия в данный момент нашло свое место.

Еще небольшое замечание, касающееся небесных ветвей. В дни Дерева ЦЗЯ и И не рекомендуется обрабатывать точки на голове. Как говаривал Остап Бендер Шуре Балаганову: «Берегите голову, это ваше самое слабое место», – вероятно, это было в день ЦЗЯ или И. Плечи и шею советуем беречь в дни БИН и ДИН, локти и колени не трогать в дни У, ЦЗИ, а в дни ГЭН, СИНЬ оберегайте бедра, голени защищать в дни ЖЭНЬ, ГУЙ. Это запретные дни для работы с точками по областям тела.

Рассмотрев древний календарь, ставший ныне модным, каждый знает, какой у него зодиакальный знак и кто он собственно по рождению – дракон, змея или свинья. Хочется спросить, а зачем нам все это нужно и что за всем этим скрывается? И стоит только посмотреть с любимой теперь нами энергетической позиции на все эти знаки – станут ясны энергетические особенности каждого знака и как тот или иной знак будет на нас влиять.

Разберем на простеньком примере. Представим себе пациента, у которого хронический запор. Представим, что сей неприятный, прямо скажем, случай имеет причиной две возможности либо у пациента полнота в органе (толстая кишка) избыток энергии, да такой, что она, толстая кишка, сжала в своих объятиях то, что ей досталось от тонкой кишки, и не может с этим расстаться, короче говоря, спазм, либо наоборот, пустота, и они, толстая кишка, при все своем желании, не может избавиться от тяжелого груза, нет сил, энергии то есть. Это может длиться годами, причиняя человеку незаметные окружающим страдания. Толстый кишечник соответствует элементу Металл, это значит, что в год Металла, можно сказать, в год толстой кишки, в 1990 в первом случае, при полноте, положение ухудшится, так как, толстая кишка в этом году должны быть еще активней, получать энергии больше, чем другие. А вот в случае втором, при недостатке, пустоте, состояние несколько улучшается, толстая кишка будет более работоспособна, ее время, особенно осенью (осень тоже Металл) и особенно в день ГЭН и соответственно в час МАО. Собороту по несчастью,

имеющему избыток энергии в толстой кишке в этот день и час, от всяких попыток освободиться от тяжелого груза можно смело отказаться, а уж если полнолуние выпадет, об этом процесс следует просто забыть. В иное время пациенту с этим недугом, т. е. с избытком в толстой кишке, например, в год Огня – 1996 – станет легче, потому, что Огонь властвует над Металлом, особенно летом, в дни БИН и ДИН, примерно в полдень. Имеющему недостаток в толстой кишке, ждать придется несколько дольше – до 1998 года, знак которого Земля: Земля подпитает Металл, особенно в дни У и ЦЗИ, и дело пойдет на лад.

	дерево		огонь		земля		металл		вода	
	цзя	и	бин	дин	у	цзи	гэн	синь	жэнь	гуй
Чзи	1984 1924		1996 1936		2008 1948		2020 1960		2032 1972	
Чоу		1985 1925		1997 1937		2009 1949		2021 1961		2033 1973
инь	2034- 1974		1986 1926		1998 1938		2010 1950		2022 1962	
мао		2035 1975		1987 1927		1999 1939		2011 1951		2023 1963
чэнь	2024 1964		2036 1976		1988 1928		2000 1940		2012 1952	
сы		2025 1965		2037 1977		1989 1929		2001 1941		2013 1953
у	2014 1954		2026 1966		2038 1978		1990 1930		2002 1942	
вэй		2015 1955		2027 1967		2039 1979		1991 1931		2003 1943
шэнь	2004 1944		2016 1956		2028 1968		2040 1980		1992 1932	
ю		2005 1945		2017 1957		2029 1969		2041 1981		1993 1933
суй	1994 1934		2006 1946		2018 1958		2030 1970		2042 1982	
Хай		1995 1935		2007 1947		2019 1959		2031 1971		2043 1983

Солнце – путеводитель

И вот теперь сможем ответить на вопрос: «Кто такие были и есть даосы?» Ответ очень простой – это люди, которые не только знали исследует предмет, но жили согласно с этими знаниями, то есть следовали ДАО, а это означало следовать энергетическим переменам в природе и действовать, проявлять себя в согласии с этими переменами. Как практически это сделать? Обратимся за советом к древнейшей книге по медицине в истории человечества НЭЙ-ЦЗИН.

Итак, весна. Природа оживает и просыпается, то есть активизируется, то есть производит. Нэй-цзин рекомендует: «ложится в сумерки, просыпаться с зарей, совершать утреннюю прогулку, волосы свободны и распущены, ощущение удобства в одежде» – такое поведение

нацелено на производство Воли: производить, но никогда не разрушать, давать, но никогда не отнимать, вознаграждать, но никогда не наказывать.

Действовать иначе – значит поражать печень, поскольку последняя не имеет достаточной энергии, чтобы отвечать энергии лета, следовательно, летом будет заболевание холода».

Все, как видите, просто: отдыхать столько «отдыхает», «прячется» от нас солнце, утренняя прогулка – активное начало дня, утро – «весна суток». Свободные, распущенные волосы, ощущение удобства в одежде – энергия организма поднимается из глубины тела на поверхность, к голове, не надо ей мешать: чтобы производить, она должна быть свободной. Если она свободна, она дает, производит, вознаграждает. Действуйте так же.

Лето: «ложится в сумерки, вставать с зарей, опасаться долготы дня, не позволять, чтобы Воля захватывалась гневом, оставлять Дух свежим и бодрым, оставлять внутреннюю энергию свободно циркулировать снаружи; вести себя так – значит соответствовать энергии лета.

Вести себя иначе – значит ранить сердце, осенью будет иметь место заболевание лихорадкой».

И вновь: спим, сколько солнце не видно, но не меньше! Активность максимальна, но ничего сверх меры, берегай малую часть, то есть покой. Возрастает гнев, истощается Воля. Дух «бодрый и свежий» – это его час. Энергия организма на самой поверхности тела, хорошо защищает организм от внешних воздействий, но внутри недостаток, опасайтесь страстей и эмоций, они нарушают внутренний покой. «Бодрый и свежий» Дух удержит Вас от излишних волнений, он управляет человеком и летом должен быть непоколебим.

Переживания, беспокойства Духа заставляют энергию устремляться на подмогу внутрь организма, снаружи возникает пустота, нарушается порядок циркуляции, уходит здоровье.

Осень – есть наполнение, собирание – в природе урожая, а в человеке – энергии, собирание и «складирование» внутри тела с поверхности, если не растратились за весну, лето: следует накапливать, готовиться к зиме.

Нэй-цзин советует: «ложится в сумерки, вставать с зарей с песней петуха, оставлять Волю в покое, умирать приступы воздействия осени, накапливать духовную энергию, очищать энергию легких.

Вести себя иначе – значит ранить легкое, если накопление и снабжение окажутся недостаточным, то зимой появится диарея».

Специалисты утверждают, что осенью петухи поют на заре, но покидают курятник позднее. Подозрительно, что петухи знакомы с даосской системой, но последуем их примеру. «Оставлять Волю в покое» – не заставлять себя и других проявлять повышенную активность, накапливать силы, энергию, стремиться к покою. Приступы осени – тоска, та самая, когда «и в сердце трава, и дождик с утра, откуда бы, право, такая хандра». Так вот, этого не надо, иначе зимой будет понос, диарея по-медицинскому, потому что пусто внутри у человека, не накопил он достаточно энергии внутри себя осенью, как положено в природе. Кушает он, что насобирала природа, и падает эта пища в пустоту и не удерживается внутри, поносит он, бедолага, зимой и не знает, что повезло ему так, оттого что по осени не прислушался легкомысленно к совету мудрого петуха.

Зима – хранение, можно сказать – сокрытие. Вода покрывается льдом, земля – снегом, человек – одеялом.

Читаем: «ложится рано, вставать поздно, сохранять Волю, для предохранения Мысли, избегать холода, стремится к теплу, предупреждать выпоты, чтобы не нарушать энергию Ян, сохраняемую внутри.

Вести себя иначе – значит ранить почки. Кроме того, весной возникает паралич конечностей».

Что мы имеем зимой? Никаких сомнений – покой. Зимой в буквальном смысле «личный покой прежде всего». Но в спячку впадать не рекомендуется. Если очень постараться, то можно, но и здесь следует быть умеренным, иначе нарушается лавное течение собственной Мысли. Далее рекомендуется стремиться к теплу, согревать тело, к примеру – полежать на печи, подремать у камина, одеваться соответственно погоде, но никак не разгонять тепло, то есть энергию, собранную с таким трудом в осенний период внутри тела физическими упражнениями. Но целый день в камина не просидишь, размяться надо, лучше утром, а вот потеть не следует, упражняйтесь не потей. Иначе обещается паралич конечностей весной, потому что нечему весной будет производить (потеешь зимой – теряешь энергию), нечему будет подниматься из глубины тела на поверхность, – стоит задуматься. В качестве примера по избежанию недоверия: упомянутый паралич подразумевает некоторую потерю чувствительности в конечностях, а не полную их обездвиженность, что, впрочем, в дальнейшем совершенно не исключено.

Древние климатологи выделяли еще и пятый сезон, для полного соответствия с пятью элементами. Этот сезон называется «конец лета» и располагается между сезонами лето и осень. Некоторую аналогию можно провести с нашим бабьим летом. Переходный период от лета к осени и зиме – как бы центр года, в котором предполагается полное равновесие между активностью и покоем, день равен ночи. Действуйте соответственно.

Любопытная получается картинка: утро, весна, детство, восток – начало движения, рост силы, производство. Энергия движется с поверхности тела, вверх, на юг, солнце встает на востоке и движется к югу, энергия стремится к голове, но есть к югу, если мы обратим свое лицо к солнцу.

Полдень, лето, юность, юг – максимум активности, полный расцвет, летнее солнцестояние, энергия на самой поверхности тела.

Конец лета – начало заката, зрелость, центр, равновесие, энергия устремляется в глубину.

Осень, вечер, запад, – закат, приближение старости, стремление к покою, увядание, энергия уходит внутрь организма.

Зима, полночь, север, старость, покой, но не остановка! Энергия внутри тела замирает, но не останавливается. Зимнее солнцестояние – и вновь стремление к рассвету, к востоку, вверх. Покой – в смысле потенциальное движение, остановка – смерть.

Теперь понятно, что недеяние, за которое некоторые критиковали даосов (ладно, чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не болело), означает одно: «мудрый действует соответственно со временем».

Утром, весной, в детстве, действуй, а вот, на пенсии, зимой у камина не действуй – и все. Будь у нас одно солнце в почете, так бы и было, но луна вносит свои коррективы в эти бесконечные метаморфозы.

Лунный ритм, «накладываясь» на солнечный, усиливает или ослабевает его воздействие, что, конечно, нельзя не учитывать. К примеру, гости к Вам явились без предупреждения, ну,

понятно, не с пустыми руками, а Вы подсмотрели в календарик – хватать, а сегодня полнолуние (максимум активности, луна растет – энергия активизируется). Гостей, конечно, принять надо, но себе заметить следует, что, ежели сегодня малость переберешь, повысишь свой энергетический потенциал чрезмерно энергичными продуктами питания – завтра, по всей вероятности, не поднимешься. Деликатно извиняешься: мол, никак не могу, гости для приличия огорчаются, но себя успокаивают: нам больше достанется – и налегают. Завтра, как и положено естественному течению событий, гости винят государственную монополию или собственную фирму, а вы поглядываете на их землистые лица грустными и мудрыми глазами, ожидая рождения новой луны, которое теоретически можно слегка отпраздновать. Надо сказать, что эта великолепная пара – солнце и луна – не одиноки в своем влиянии на нас с Вами, любая мало-мальски уважающая себя планета или звезда не откажет себе в удовольствии дать нам определенные рекомендации, но с ними пусть разбираются астрологи, нам хватит двух светил, пойдем дальше.

Теперь мы без труда можем определить для всех и каждого дни наименее благоприятные, дни, когда энергетические потенциалы в природе, а следовательно, и в человеке меняют свое направление, от минимума к максимуму и наоборот, дни, когда следует оберегать свое тело и душу от любых катаклизмов. Это новолуние, полнолуние, зимнее и летнее солнцестояние, оба равноденствия и переходные дни от сезона к сезону. Расчет от зимнего солнцестояния – все очень-очень просто.

Гармония в организме подразумевает оптимальное стимулирующее и тормозящее влияние одного органа на другой – согласно пятиэлементной системе.

Как Вы помните, состояние полноты энергии в печени вызывает, как следствие, склонность человека к гневу, но, в свою очередь, гнев вызывает наполнение печени. Если Вас случайно или умышленно заставили разгневаться, будьте уверены: печень Ваша наполнилась энергией и, в свою очередь, будет питать сердце, то есть поддерживать Дух. Это придаст Вам силы и уверенности, но излишняя полнота печени приведет к подавлению селезенки, что обязательно скажется на пищеварении, особенно если Вы гневаетесь часто.

Если Вы подвергаете свое сердце излишним удовольствиям, радости, веселью, сердце, находясь в избытке, будет подавлять легкие, которые не смогут должным образом питать почки, а пустота почек – страх. Следствием ослабления их подавляющего влияние на сердце будет радость в таком объеме, что становится патологичной. Помните, в старых фильмах герой после душевных потрясений заливается смехом. Зрителю проницательному не приходится объяснять, что герой сошел с ума – это тот самый случай.

Полнота селезенки проявляется в эмоциональной сфере, склонностью к грезам, размышлению, избыток селезенки также приводит к ослаблению, опустошению почек. И вновь страх. «Так трусами нас делает раздумье» – прав, прав принц датский.

Полнота органа – легкие – вызывает тоску, грусть, апатию; попробуйте такого человека разгневать – трудно: легкие угнетают печень; а развеселить его просто необходимо, это и есть смехотерапия. А излишне веселого можно слегка припугнуть. Этот способ эмоциональной регуляции энергетического состояния внутренних органов можно было бы назвать психотерапией, если бы дело было в названии. На наш взгляд, важнее, что каждый самостоятельно, по собственному усмотрению может регулировать самого себя и своих близких.

«Мы едим, чтобы жить, а живем, чтобы есть»

Но восстановить энергетическую гармонию можно еще более простым способом. Вы помните, что каждому органу, а следовательно, и эмоции, соответствует определенный вкус.

Излишне гневливому никак нельзя есть кислое, лучше острое, пикантное, в гневе съешьте конфетку – это успокаивает. Избыточную радость лечат соленым. Тоску разгоняют горьким, а чтобы лишнего не думать – ешьте кислое.

Мы приступили к диетологии, то есть науке о том, как есть и что есть и из чего состоит то, что мы едим. Написано об этом много, очень много, даже слишком много. Мы по сложившейся традиции разберем ровно столько, сколько нужно знать просвещенному читателю о питании.

Во-первых, забудем о калориях, белках, углеводах, микроэлементах, холестерине – обо всем, без чего не обходится ни одно повествование о вкусной и здоровой пище, просто потому, что ее, этой пищи, нет.

Рассказ о том, что на завтрак рекомендуется съедать бутерброд с икрой, на обед телятину (и лучше первой, единственной свежести) и так далее, вызывает желание ударить автора, но мы простим, потому что, настаивая на рекомендуемой диете, он твердо убежден, что диетой можно вылечить все, и с этим нельзя не согласиться.

Во-вторых, каждый день наш не похож на предыдущий и последующий, поэтому жесткий режим питания, подходящий для одного сезона, дня, не подойдет для другого. И мы считаем, что следует придерживаться гибких ритмов поглощения добытых продуктов в соответствии с природным биологическим ритмом.

В-третьих, каждый продукт в чистом виде имеет свой определенный вкус, и именно этот вкус перед употреблением надо учитывать, зная энергетическое состояние своего организма, полноту и пустоту внутренних органов. Необходимо четко представлять, усугубит этот продукт или улучшит Ваше состояние, будет поддерживать гармонию или нарушит ее.

Теперь несколько технических советов. То, что переждать не надо, Вы знаете: садиться за стол надо, только испытывая чувство голода, рекомендуется также вставать из-за стола с этим чувством. На это скептики заметят, а зачем же тогда садиться? Пойдем на компромисс – садиться следует, когда голодны, а вставать – когда встать еще можно. Исключить навсегда из своего рациона самые вкусные продукты не стоит, об этом позаботятся и без Вас, главное – помните, что в этот момент будет наиболее подходящей для Вас пищей.

Есть, конечно, надо медленно, тщательно пережевывая то, что Вам досталось. Берегите желудок! (С грустью должен отметить, что практически у всех наблюдавшихся мною пациентов обнаруживалось нарушение энергетики желудка – подозреваю, что именно из-за спешки). Давайте не будем спешить: пищу уже воруют, но еще не отнимают.

Способ приготовления, на наш взгляд, не имеет существенной роли, а самое главное – есть с УДОВОЛЬСТВИЕМ и с НАСЛАЖДЕНИЕМ. Не так важно, – что, важнее – как.

Представьте себе, что эта миска столового супа – мечта Вашей жизни и ничего лучшего и представить себе нельзя. Не стоит думать, что Вас систематически травят в этой или той столовой нитратами, с ними надо бороться, но уж если Вы сели есть, не думайте об этом, съешьте с удовольствием, с аппетитом – это совсем несложно, стоит только попробовать, и организм с благодарностью ответит Вам хорошим пищеварением и регулярным стулом. А вот картина обратная: утром, вечером, прочтя все книги по диетологии, гражданин еще кое-как перебивается. Утром рис без воды, вечером вода без риса, но днем на службе волею-неволею ему приходится общаться с общепитом, который, как было написано на одной из тарелок моей бабушки, следует взять «под огонь рабочей самокритики». Так долго ли этот поклонник Брега-Шелтона протянет под этим перекрестным огнем? И вздыхает он о занесенных в красную книгу «О вкусной и здоровой пище» эскалопах и ромштексах, поглощая котлетой, называемую нами в пору студенчества «хлеблетами», твердо зная, что

нанесет она ему, эта маленькая котлетка, не поправимый никаким утренним рисом вред. А всем известно, что если себе плохого пожелаешь, то это непременно сбудется. Так что кушайте на здоровье с наслаждением: едим-то мы для того, чтобы жить, а не умереть.

Несколько слов о голодании, не политическом, конечно, а для здоровья и экономии. Главное, как в питании, твердо знать, что Вам это поможет, что это совершенно необходимо для Вашего организма. Если вы в этом не убеждены, не начинайте. С энергетической точки зрения голодать можно лишь в том случае, если и в Вашем организме имеет место избыток энергии. Что бы там ни говорили, но отказ от пищи – это всегда определенные энергетические потери, поэтому следует быть осторожным и непременно учитывать ритмические колебания энергетического потенциала в природе, следуя в русле энергетических перемен.

Еще один маленький совет из Нэй-цзин: «Никогда нельзя есть пищу, только что снятую с огня. Холодную – также нельзя употреблять. Нужно между горячими и холодными продуктами соблюдать определенные нормальные пределы». Холодная или горячая пища энергетически различаются, нельзя их смешивать.

И последнее благое пожелание: пища должна быть разнообразного вкуса; это не только помогает сохранить гармонию, но и делает нашу жизнь не такой уж пресной. Учитесь прислушиваться к Вашим желаниям: организм часто сам подсказывает, что ему нужно. Бывает, то соленого хочется, то кислого, то сладкого. Ну, и ешьте себе на здоровье.

Представляем небольшую табличку некоторых продуктов в соответствии с их вкусовыми качествами по рекомендациям Нэй-цзин:

- сладкий – рис, финик, говядина, подсолнух;
- кислый – слива, лук-порей, мелкая фасоль;
- соленый – бобы, каштан, свинина, соя;
- горький – пшеница, абрикос, баранина, чеснок;
- острый – пшено, персик, курица, лук, рыба.

По правилам пятиэлементной системы предыдущий орган питает последующий. Это правило называется «мать-сын». Если болен ребенок, предыдущий орган – мать его накормит, при этом подразумевается состояние пустоты младенца и нормы у матери, например, при пустоте почек пшенная каша – то, что надо, а вот рисовую – нельзя. А сердечный пыл, избыток в сердце можно слегка остудить, усилив почки соленым: эскалоп с бобами в данной ситуации – вещь замечательная.

Снаружи и внутри

Всем интересно узнать, что у них внутри. Люди любят собственную неповторимость, даже о своих болезнях они говорят с некоторым чувством гордости: вот, мол, какие необыкновенные недуги гнездятся в моем тела. На это хочется заметить: «Нашел, дурак, чем хвастаться». Нет бы сказать: «У меня все о, кей». Но в наше время это вроде бы даже неприлично, у всех болит, а у тебя нет – ты что, особенный? Вот этой особенностью гордиться можно. И тем не менее, мы удовлетворим любопытство и покажем, как представляли древние состояние внутренних органов у человека по внешним проявлениям.

Все, как всегда, просто, если исходить из того, что организм – система цельная, следовательно, если где внутри энергии больше или меньше, органы соответственно будут выглядеть иначе, а это, в свою очередь, отразится на внешности человека, на цвете кожи, размерах и форме видимых на глаз участков организма. Что позволяет при первом взгляде на человека, – а в Древнем Китае считалось, что превосходный врач именно при первом взгляде

на обследуемого мог сказать, что и где у него болит, – определить не только состояние болезни, но и потенциальную возможность, энергетическую силу или слабость, наследственную предрасположенность органа к болезни. Проверить эти наблюдения трудно, можно поверить, можно не поверить (как шутили в наше время школяры-медики: «Вскрытие покажет»).

Состояние легких определяли по надключичным ямкам, сердца – по ключицам и грудице, печени – по глазам (большие глаза указывали на сильную печень). Селезенку – по языку и губам, почки – по ушам, т. е. по слуху. Считалось, что сильный и большой желудок у людей с крепкой шеей, широкой грудью, большими костями. Древнему врачевателю глубокие и широкие ноздри говорили о большой и крепкой толстой кишке, тонкие губы подсказывали о слабости, а толстые губы – о силе тонкой кишки. Нижнее веко и нижняя часть склеры характеризовали желчный пузырь: если данные отделы выражены сильно, желчный пузырь развит хорошо. Свободное дыхание через нос – верный признак свободного мочеотделения.

Древние врачи не без основания считали, что форма, размеры, положение внутренних органов точно отражает их функциональную энергетическую сущность, следовательно, и определенную предрасположенность к тем или иным заболеваниям. Главными, естественно, являются плотные органы, отвечающие за переработку и сохранение энергии.

На первый взгляд, некоторые характеристики древних могут показаться примитивными и, как иногда говорят, ненаучными. Это и неудивительно, потому как науки в современном ее понимании тогда и не было.

Итак, сердце. Если оно маленькое – энергия сердца в покое, ее трудно поразить внешними разрушающими факторами, такое сердце легче страдает от внутренних причин, разных душевных проблем. И наоборот, если сердце большое – человек не склонен к страданиям, переживаниям, но выше опасность поражения факторами внешней среды. Если сердце расположено высоко в теле, у человека частые заботы, забывчивость. С возрастом такой гражданин может значительно поглупеть. Низко расположенное сердце говорит о том, что человек опасается насилия со стороны других людей, его энергия легко поражается холодом. Люди с маленьким сердцем имеют красноватый оттенок кожи, с большим сердцем имеют рисунок кожи грубый. Если мечевидный отросток не прощупывается, сердце расположено высоко. Короткий мечевидный отросток – низко. Очень тонкий мечевидный отросток – сердце слабое. Загнутый крючком кпереди – сердце расположено в теле неровно, прямой – прямо.

Сильное сердце – у людей, уверенных в себе, душевная энергия таких людей спокойная. При слабом сердце – склонность к туберкулезу. Если сердце расположено косо, неровно, то человек нерешителен, несконцентрирован, плохо владеет собой.

Легкие. Маленькие легкие – человек часто страдает одышкой, мало пьет жидкости, частое слюнотечение. Большие легкие – склонность к холодным заболеваниям легких и гортани, нарушение циркуляции энергии в грудной клетке, пьет много жидкости. Высокое расположение легких – энергия часто течет противоположно естественному ходу вверх, плечи приподняты, одышка. Низко расположенные – легкие давят на желудок, что вызывает нарушение циркуляции энергии, боли по бокам грудной клетки и на ребрах. Сильные легкие – редкие простудные заболевания, слабые легкие – склонность к истощению, туберкулезу и другим легочным заболеваниям. Если легкие расположены в теле косо, часто возникают боли в грудной клетке. При маленьких легких кожа нежная, бледная, если кожа грубая, то легкие большие. Высоко подняты плечи, выпуклые ребра, шея в яремной вырезке впалая – легкие расположены высоко. При выпуклых реберных дугах, но впалой грудной клетке в верхней части ее – легкие расположены низко. Широкие плечи, сильные мышцы плечевого пояса указывают на сильные легкие, слабые, истощенные мышцы плечевого пояса – легкие

слабые. Широкая спина, грудь – легкие сильные, расположены прямо, при косых ребрах – расположение легких косое.

Печень. Маленькая – энергия в покое. Большая печень давит на желудок, появляются боли в боках. Высоко расположенная печень часто является причиной одышки, слабая печень означает склонность к истощению. Косо расположенная в теле печень может вызывать боли под реберной дугой справа. Маленькую печень можно узнать по голубоватой коже и мелкому кожному рисунку. Если широкий и грубый кожный рисунок, то печень сильная. На сильную печень указывает хорошо развитые грудная клетка и ребра. Широкая грудь, выпуклые ребра, реберные дуги развернуты вверх – печень расположена высоко. Втянутые внутрь реберные дуги, маленькая средняя часть живота – печень расположена низко. При нечетко выраженных реберных дугах печень слабая, если реберные дуги расположены косо, печень также расположена в теле косо.

Селезенка. Маленькая – энергия циркулирует ровно, спокойно. Большая – часто возникает чувство давления под ребрами слева, такие люди не могут быстро бегать, так же как и при высоком расположении селезенки. При слабой селезенке – склонность к истощению. Косое расположение – частые нарушения пищеварения. Тонкая кожа с желтоватым оттенком указывает на маленькую селезенку, грубый кожный рисунок – на большую. Развернутые вверх губы – селезенка расположена в теле высоко, разворот губ вниз – селезенка расположена низко. Хорошо выраженные, крепкие губы – селезенка большая, токая губы – селезенка маленькая. Деформированные, асимметричные губы указывают на косое расположение селезенки в теле.

Почки. Если почки большие, часто возникают боли в области почек, связанные с наклонами вперед и назад. Высокое расположение почек вызывает боль в области крестца, низкое расположение почек также приводит к болям в крестце с затруднением при наклонах, а у мужчин – к энергетическим нарушениям в яичках. При слабых почках проявляется склонность к истощению. Косое расположение почек часто приводит к болям в спине. На маленькие почки, как и в предыдущих случаях, указывает мелкий кожный рисунок и кожа с черноватым оттенком. Грубый кожный рисунок у людей с большими почками. С почками проще, чем с другими плотными органами: строение и расположение почек легко узнается по расположению и строению ушных раковин. Высоко расположены ушные раковины – значит, и почки расположены высоко, низко расположены уши – и почки расположены низко. Если хрящ ушной раковины плотный, почки сильные, мягкий – слабые. Косое расположение ушей на голове или иные деформации указывают на косое расположение почек в теле или другие врожденные дефекты.

Как можно заметить, любые отклонения от среднего состояния, расположения органов приводит или может привести к нарушениям порядка циркуляции энергии, что проявляется определенной симптоматикой.

Среднее состояние – значит уравновешенный, гармоничный, но поскольку в данном случае мы имеем в виду врожденные отклонения от средне-идеального, корректировать их, эти отклонения, сложнее, чем приобретенные, пока эти приобретенные еще не стали нашей сущностью, с которой так порой не хочется расставаться. Но помнить о своих возможностях и недостатках нужно. Например, люди, имеющие косое расположение внутренних плотных органов, имеют, как считали древние, склонность к преступлениям, они воруют, совершают запрещенные действия, часто говорят не то, что думают, это не значит, что их надо изолировать от общества. Бывают общества, от которых самому хочется изолироваться. Если Вы замечали за собой подобные наклонности, виновата энергия, циркуляция которой затруднена, неровна, «шероховата» в силу неаккуратного расположения внутренних органов. У человека с большими внутренними органами энергии много, но она менее подвижна, ее трудно поколебать, такой человек часто не знает душевных забот, проблем. Работают такие

люди медленно, их иногда называют тугодумами. От людей с низко расположенными плотными органами, энергия которых очень устойчива, ожидать решительных действий, требующих быстрых реакций, не следует. Воля, фантазия у них слабые, они хорошо работают под руководством других людей, а заставить действовать себя или других им не под силу. Наоборот, у людей с высоким расположением плотных внутренних органов наблюдается склонность к дальновидным планам, предприимчивости. В силу решительных действий они могут достигать в жизни лучших положений: их энергия более подвижна. У людей с маленькими плотными органами энергия этих органов – слабая, но сильная энергия поверхности тела, поэтому внешним неблагоприятным факторам, трудно поразить их организм. Однако слабая, неустойчивая энергия внутри легко нарушается факторами душевными, люди часто испытывают беспомощность, страх, неуверенность в себе. Но могут впадать в ярость, так как энергия очень подвижна, а в этом случае она ослабляется еще больше. Эти люди страдают заболеваниями по типу полноты.

Теперь поговорим о приобретенных энергетических нарушениях и способах их выявления. По первому взгляду, как это делали специалисты прошлого, для этого нам необходимо вспомнить, что красный цвет соответствует сердцу, Огню; желтый – селезенке, Земле; белый – легким, Металлу; черный – почкам, Воде; Зеленый (голубой) – печени, Дереву. Распознавание заболеваний с помощью анализа окраски цвета лица, нарушений энергоциркуляции, называется цветодиагностикой, центром которой является нос. Лицо человека – одна из областей тела, на которой спроецированы все внутренние органы и части тела. При достаточной наблюдательности и опыте можно именно при первом взгляде на лицо человека определить не только какой орган или часть тела поражены, но и установить причину поражения, а иногда и прогноз течения заболевания. Желтый и красные цвета – признаки полноты энергии, белый цвет указывает на пустоту, черный, зеленый (голубой) – показатель боли, что также чаще всего является признаком полноты или блокады энергии. Любое изменение энергосостояния органа или части тела, как в зеркале отражается на изменении окраски, соответствующего участка кожи на лице. Причем, если появляется естественный цвет, например, в месте проекции сердца – красный, заболевание не опасное, а вот если проявляется цвет в пятиэлементном цикле угнетающий, соответствующий этому участку кожи лица элемент, прогноз неблагоприятный. В данном случае проявление в месте проекции сердца черного цвета – плохой прогностический признак – заболевание опасное, жизненные силы на исходе.

По представлениям древних китайцев, состояние сердца определяется по краске над конем носа, выше между бровями – состояние легких, печени – ниже, над костной частью носа, носовая перегородка соответствует селезенке, а участок кожи по бокам подбородка над обеими нижними челюстями относится к почкам. У полых органов также есть свои излюбленные участки на лице, исследуя которые можно установить энергетическое состояние этих органов. Ноздри имеют отношение к желудку, область на щеках, где соединяются зубы верхней и нижней челюстей, расскажет о толстой кишке, участок на носу и по бокам от косной части носа характеризует желчный пузырь, верхняя губа отвечает за мочевой пузырь, участок щеки между ноздрями и скуловыми костями следует рассматривать, изучая состояние тонкой кишки. Кроме того, у мужчин состояние тонкого кишечника определяется изменением окраски в районе точки Ин-сян. Изменение цвета в середине верхней губы – боль в яичках, в области точки Су-ляо – боль в половом члене, если выражено окрашивание в углу между носовой перегородкой и верхней губой – боль в головке полового члена. Состояние матки у женщин определяется по окрашиванию кончика носа, а также по окрашиванию в середине верхней губы.

Теперь посмотрим по областям тела. Состояние энергии головы определяется по окрашиванию на лбу. Под нижней челюстью до подъязычной кости, посередине – энергетическое состояние области бедра, внутренняя поверхность, под нижней челюстью, по бокам – область живота. На подбородке, между ртом и нижней челюстью – бедро, наружная

поверхность. Середина верхней и нижней челюстей расскажет о состоянии коленных суставов, участка ниже – голеностопных, еще ниже – стопы. По окраске кожи над скулами можно судить о плечевом суставе, между скулами и серединой щеки – о предплечье. Участок кожи выше наружного угла глаза отвечает за состояние энергии на груди, выше основания ушной раковины соответствует болезням над лопатками.

Мы заканчиваем диагностический разговор. Надеюсь, вы убедились, что никаких тайн и не существует, все просто и естественно. Вероятно, теперь ни ваши враги, ни ваши друзья свои недуги от вас не скроют. Прошу об одном: ежели у кого-то вы что-то заметите, никому другому не рассказывайте, лучше посмотрите на себя в зеркало.

Диагностические сны

Существует еще один способ диагностики, позволяющий оценить энергетическое состояние вашего организма, – сны. Это возможность заглянуть внутрь себя, не обладая никакими необычайными способностями. Правда, когда говорят о необычайном, всегда хочется спросить, а есть ли это необычайное. Учитывая все, о чем мы говорили, можно ответить, что как будто и нет.

Посмотреть сон – все равно что в кино про самого себя сходить, единственная сложность в трактовке происходящих событий. Незвестный нам режиссер этих внутренних картин работает на передовых рубежах современного кинематографа, и для нормальных граждан понять, что он хочет нам показать, бывает затруднительно. Попробуем выступить в роли критика того, что вам показывают ваши сны.

Если вы видите большое количество воды, которая не вызывает желания в нее окунуться, т. е. это не курортная зона, и еще испытываете страх или другое неприятное чувство, значит, в вашем организме внутри избыток энергии, которая находится с некотором состоянии застоя или покоя. И наоборот, если вам демонстрируют пожары, кошмары, без сомнения, это отражения избытка энергии на поверхности и активизации ее выше допустимых пределов. Если в вашем организме усилена энергия как на поверхности, так и внутри тела, в этой серии вам покажут боевик, стрельбу, драки, борьба будет идти не на жизнь, а на смерть. Если есть нарушение энергоциркуляции в верхней части тела, вас ожидают полеты вверх. Нарушение энергии в нижней части тела – вероятно, придется падать или прыгать вниз.

При усилении энергии печени снится, что вы в ярости, усиление легких – ужасы с полетами. Усиление энергии сердца – смех и одновременно страх, усиление энергии в почках – повреждение позвоночника, при избытке энергии в селезенке снится музыка и ощущение тяжести в теле, как на плохом концерте: хочется уйти, а сил нет.

Все, как всегда по пятиэлементной системе. Сердце – Огонь; легкие – Металл; печень – Дерево; селезенка – Земля, болота, дома, размытые дождем; почки – Вода, глубокая пропасть.

При нарушениях в полых органах также бывают характерные сны. Если во сне вы долго и бесцельно гуляете – не в порядке мочевой пузырь. При нарушениях в желудке – снится еда (сейчас она, наверное, снится всем), причем поглощаете вы эту еду в одиночестве (оно и понятно!). Если вы стоите на перепутье и видите перекрещенные дороги, ищите поражение в тонкой кишке. При поражении толстой кишки вам приснятся большие поля. Нарушение в желчном пузыре приведет во сне к спорам и, возможно, самоубийству. Энергетические нарушения в половых органах – приснятся сексуальные связи. Чего только во сне не увидишь...

«Пульс – компас в море болезней»

Если мы признаем после всего, о чем говорили, что существуют тайны врачевания, то, без сомнения, главной тайной будет тайна пульса. Какой бы медицинской системы древности мы ни коснулись, все они в один голос утверждают: да, мы пульс смотрим, это очень важный способ диагностики. Некоторые даже утверждают, что без знания пульса шагу шагнуть нельзя. Может, это у них в прошлые времена так было? А нам сейчас это знание потаенное ни к чему? Ну, нет, – скажут современные доктора, – мы тоже пульс смотрим, и в учебнике по пропедевтике внутренних болезней описано, что и как. Верно, описано – вероятно, более в силу традиций: и смотрим, а что видим? (Как говаривала мне моя мама, когда я, еще учась в школе, сидел за уроками: «Смотришь в книгу, а видишь фигу»).

Давайте попробуем углубиться в таинственные страницы книги под названием «Пульс».

Один мой знакомый, большой специалист в этой области, утверждал, что теоретически в пульсе «видно» все. И мне не приходится сомневаться в этом. Все зависит от квалификации врача-пульсолога. Интересно другое. Различные медицинские системы – китайская, тибетская, индийская (кстати, и Авиценна описывал пульс) – пользовались отличным друг от друга языком пульса. В пределах одной медицинской системы – китайской, к примеру, – существовали различные, можно сказать, диалекты пульсового языка, часто совершенно несхожие друг с другом.

Человек везде повторяет сам себя: с международными языками – английским, французским и другими – уживаются литературный, просторечный, нецензурный и прочие разновидности. Компьютеры – и те говорят на разных языках, а информацию выдают. Остается только ее понять, рассекретить или расшифровать. Мы проводим эту аналогию с языком пульса, дабы почтенный читатель лишний раз убедился, что на этом языке, языке пульса, можно общаться, можно его понимать, стоит только этого захотеть. Обращаем внимание именно на различия в языке пульса, что прямо указывает на возможность создания каждым желающим своего собственного пульсового языка. Нам остается надеяться, что те, кто дочитал до этих строк, это желание имеет. И намекнуть, как это желание реализовывали врачи в древности.

Несколько слов о том, почему пульс может рассказать секреты организма. Это очень просто. Что такое пульс? Это колебание стенки артерии, которое передает сосуду протекающая по нему кровь. А кровь, как известно, протекает во всех без исключения частях организма, следовательно, можно предположить, что кровь несет в себе информацию о состоянии органов и систем организма и способна передать ее нам через пульс. Сразу заметим, что оценивая функциональное состояние органов, мы безусловно оцениваем и структурные изменения их, ибо функция точно отражает структуру. Расшифровав, поняв то, что нам рассказала кровь, мы получаем возможность судить обо всем, что творится внутри нас. Остается в общем пустяк – навести порядок там, где он нарушен. Восстановить гармонию.

Общепринятым местом пальпации пульса является лучевая артерия. Указательный палец накладывается на лучезапястную складку – позиция ЦУНЬ, средний – чуть ниже шиловидного отростка лучевой кости – позиция ГУАНЬ, безымянный – ниже среднего – позиция ЧИ. Аналогично и на другой руке обследуемого. Кроме того, иногда исследует пульсацию на сонной артерии в районе точки Жэнь-ин, а также на тыле стопы в точке Чун-ян, Тай-чун и в точке Тай-си. Как видите, смотреть можно, где угодно, на лучевой артерии просто удобней (носки снимать не надо, голову запрокидывать и прочее). Садимся поудобней друг против друга за стол, руки сгибаем в локте под углом в 45 градусов. Следует расслабиться, снять часы и драгоценности, желательно не принимать медикаментов, не переедать – в общем, организм должен быть в состоянии покоя. Оптимальным для исследования считается раннее утро, когда человек только что проснулся и заботы дня еще не наложили отпечатка на его внутреннее состояние. Все перечисленные условия не всегда выполнить возможно, но стремиться к этому следует.

Это общие правила. Теперь о какой школе пульсовой диагностики нам порассуждать? Конечно, об энергетической – это стало доброй традицией в нашем повествовании, но энергетических систем оценки пульса несколько. Что делать? Нельзя объявлять необъятное. Мы коснемся нескольких, дабы ни одну не представлять истинной, ибо истины вообще не существует, потому, что мир, как мы помним, – сплошные перемены, он постоянен только переменами. Когда кто-то где-то говорит, что нечто так, а иначе и быть не может, рождается догма, а появление на свет этой коварной дамы – симптом того, что любое, даже самое притягательное учение следует либо сдавать в архив, либо перерабатывать в соответствии с современными условиями, т. е. пользоваться, как ранее, им уже нельзя. За одной догмой последует другая, потом будет убеждение, затем принуждение, и пошло-поехало, мы это видели.

Теперь о качестве пульса, которое необходимо оценить при исследовании. Количество, скорость, форму пульсовой волны, ритмичность пульсации и еще многое другое. Что все это будет характеризовать? А то, что вы хотите. Если энергию, то именно, ее, поэтому нет необходимости перечислять все исследуемые качества пульса, потому что каждое неразрывно связано со всеми остальными, и оцениваются они сразу все, вот только получается это не сразу, но постепенно, так что спешить не будем.

Несколько слов о норме: не зная нормы, не найти патологию В позиции ЦУНЬ-КОУ (ЦУНЬ-ГУАНЬ-ЧИ) на лучевой артерии, впрочем, как и на любой другой, пульс зависит от сезона. Это понятно: энергия в каждом сезоне проявляется по-разному. Обратимся к описанию сезонной нормы пульса у древнего автора.

Весна: «Биение пульса подобно соловьиной трели. Толчки тонкие и энергичные... Пульс быстрый, скользкий, немного напряженный и вибрирующий...»

Лето: «Биение пульса подобно кукованию кукушки. Толчки толстые и замедленные... Пульс приходит быстрым и уходит слабым... Пульс немного большой и полный...»

Осень: «Биение пульса подобно посвистыванию бекаса. Толчки короткие и жесткие... Пульс поверхностный и малый, легкий и быстрый...»

Зима: «Биение пульса подобно обычной песне. Толчки свободные, мягкие, однако он имеет сопротивление и заглублен...»

Межсезонье: «Биение пульса подобно голосу кабарги. Толчки короткие, тихие, мягкие... Пульс селезенки (межсезонья) гибкий... Особенно этот пульс выражен в конце лета».

Понять, почему именно так выглядит сезонная норма, а не иначе, можно, вспомнив, как циркулирует энергия в природе, в организме в течение года.

Заметим только, что, к сожалению, из перечисленных птиц, к голосам которых рекомендуется прислушаться, чтобы понять, почувствовать пульсовые толчки, мне знакомы лишь кукушка и соловей, а песня, конечно, не хэви метл, и не гимн, а скорее напев.

Назовем некоторые вариации нормы в зависимости от конституции, пола и возраста. Женщина имеет более мягкий пульс, чем мужчина, конечно, в силу более мягкого характера. У стариков пульс пустой, мало энергии. У детей, наоборот – быстрый, твердый, частый. У юношей более подвижный, изменчивый, полнее, чем у взрослых. Рослые люди имеют пульс несколько «длиннее», чем малорослые, в позиции ЦУНЬ-КОУ. Стройные – поверхностней, чем полные, у них пульс заглублен.

Описанные сезонные состояния пульса являются характерными для всей позиции ЦУНЬ-КОУ, но в норме существуют некоторое преобладание в силе пульсации одной позиции над другой, также соответственно сезону:

Весной – левая Гуань,

Летом – левая Цунь,

Осень – правая Цунь,

Зимой – Левая Чи,

Межсезонье – все равны.

Когда мы рассмотрим топографию органов по пульсовым позициям, эти преобладания станут понятными.

Описанное идеальное состояние пульса встречается, как и все идеальное, не часто, существуют отклонения от нормы, которые можно считать допустимыми и которые таковыми не являются.

Допустимые отклонения:

«увеличивается сила и мощь организма, если: весной пульс лета, летом пульс межсезонья, осенью пульс зимы, зимой пульс весны, в межсезонье пульс осени».

«Ожидается спокойная жизнь, если: весной пульс межсезонья, летом пульс осени, осенью пульс весны, зимой пульс лета, в межсезонье пульс зимы...».

«Ожидается хорошее здоровье и согласие во всем, если: весной пульс зимы, летом пульс весны, осенью пульс межсезонья, зимой пульс осени, в межсезонье пульс лета...».

Состояния, которые нельзя признать допустимыми:

«ожидаются тяжелые болезни и продолжительные страдания, если: весной пульс осени, летом пульс зимы, зимой пульс межсезонья, в межсезонье пульс весны...».

Нетрудно заметить, что допустимость или недопустимость состояния пульса в соответствии с сезоном определяется по закону поддержания и подавления системы пяти элементов.

Как мы помним, китайская медицина выделяет шесть плотных и шесть полых органов, функционально объединенных в пары. В ЦУНЬ-КОУ мы исследуем шесть пульсовых позиций, в каждой рассматривая один плотный и один полый орган на поверхности и в глубине, т. е. функциональную пару.

Левая ЦУНЬ – на поверхности тонкая кишка, в глубине – сердце.

Левая ГУАНЬ – на поверхности желчный пузырь, в глубине – печень.

Левая ЧИ – на поверхности мочевого пузыря, в глубине – почки.

Правая ЦУНЬ – на поверхности толстая кишка, в глубине – легкое.

Правая Гуань – на поверхности желудок, в глубине – селезенка.

Правая ЧИ – на поверхности тройной обогреватель, в глубине – перикард.

Становится понятным преобладание одной пульсовой позиции над другой в соответствии с сезоном. Весной левая ГУАНЬ – печень, летом левая ЦУНЬ – сердце, в межсезонье все равны, осенью правая ЦУНЬ – легкое, зимой левая ЧИ – почки. Пульс селезенки в межсезонье не стремится к преобладанию, так как селезенка соответствует Земле, т. е. центру, где все уравновешено.

Кроме того, каждый орган имеет свои характерные свойства. Пульс печени тягучий, пульс сердца наполненный, обширный, пульс легких более поверхностный, легкий, пульс почек заглублен.

Но в первую очередь следует оценить общее состояние организма, уравновешенность активности и покоя на поверхности и глубине. Если пульсы левой руки преобладают над правыми, активность доминирует, если позиция Цунь преобладает над позицией Чи, активность доминирует, если поверхностные пульсы преобладают над глубинными, доминирует активность – и наоборот.

Затем выясняется соответствие пульса сезону, если есть отклонения от норм – допустимы ли они. Далее свойства пульса отдельных органов – пульс поверхностный и глубокий в каждой пульсовой позиции.

Функциональные системы, объединенные в пары, оцениваются всегда вместе. Каждая из них (т. е. плотный и полый орган) относятся друг к другу как наружное к внутреннему. В китайской медицине отношение наружного к внутреннему, а также другие пространственные соотношения количества энергии в организме должны строго соответствовать состоянию энергии в природе на исследуемый момент времени. Если при диагностике использовать пульс не только лучезапястной складки, но и пульс шеи, то можно также установить соответствие полноты и пустоты плотных и полых органов и их систем.

В этом способе пульсовой диагностики пульс на шее соответствует полым органам, а пульс на лучезапястной складке – плотным. Пульс шеи соответствует наружному, а руки – внутреннему. В таком случае в норме по сезонам: весной и летом пульсы шеи будут преобладать, осенью и зимой пульсы руки будут сильнее. Учитывая сезонные колебания, выявляется поражение той или иной системы.

Если пульсы на шее в 2 раза сильнее пульсов руки, то поражен меридиан желчного пузыря, если пульс шеи еще и торопливый, то поражение (полнота) находится в меридиане тройного обогревателя.

Если пульсы шеи в 3 раза сильнее пульсов руки, то поражение находится в меридиане мочевого пузыря, если пульс шеи еще и торопливый, поражен меридиан тонкой кишки.

Если пульс шеи в 4 раза сильнее пульсов руки, поражение в меридиане желудка, торопливый пульс шеи при его четырехкратном усилении указывает на поражение меридиана толстой кишки.

Если усилены пульсы шеи в 5 раз по сравнению с пульсами руки, следует думать о поражении всех полых органов.

Если пульсы на руке сильнее пульсов шеи в 2 раза, то поражен меридиан печени, торопливый пульс при двукратном усилении – поражен меридиан перикарда.

Трехкратное усиление пульсации на руке указывает на поражение меридиана почек, если при этом пульс еще и торопливый, то поражен меридиан сердца.

Усиление пульсов руки в 4 раза указывает на поражение селезенки, торопливый пульс при таком усилении – поражен меридиан легких.

Если пульсация на руке превышает пульсацию на шее в 5 раз следует думать о поражении, усилении всех плотных органов.

Это сравнительная система пульсовой диагностики, вероятно, самая древняя, но достаточно информативная. Все зависит от используемого способа терапевтического воздействия. Например, при исследовании пульса установлено, что пульс на шее в 2 раза сильнее пульсов на руке, – значит, полнота в желчном пузыре. Если этот избыток не связан с биоритмическими изменениями, т. е. не является нормой, следует желчный пузырь разгрузить, скажем, желчегонными препаратами или диетой (сметана, яйцо и т. д.). Угостили и посмотрели, как сработало, не мало ли дали. Мало – можно добавить. Все просто.

С самого начала нашего повествования мы выделяли основные понятия полноты и пустоты энергии, а также состояние активности и покоя. Так и в пульсе, все можно разделить на две основные группы: 1). Пульсы полноты, избытка активности, 2). Пульсы пустоты, покоя. Очень кратко состояние полноты, активности характеризуется так: медленный, большой, гладкий. Пульс пустоты, покоя противоположен предыдущему: быстрый, малый, жесткий.

Аналогично этому ведет себя жидкость, в нашем случае кровь, при нагревании и охлаждении. При нагревании расширяется, при охлаждении – наоборот; если недостаток воспринимать как охлаждение, понятно, что и пульс в этом случае будет малым, при избытке – большим. А вспомните-ка, как мы ведем себя жарким летом? Когда жара невыносима и делать ничего не хочется, движения замедленны, что совершенно исключено зимой: здесь надо поспешить, чтобы не замерзнуть. В пульсе так же. А если совсем нет энергии, холод сковал, буквально заморозил, ни о каком движении и помыслить нельзя, пульс жесткий. Следовательно наоборот, при достаточном количестве энергии пульс течет гладко. Видите, как все просто.

Исходя из этих представлений, несколько слов о клинической диагностике. Это будет некоторым отклонением от принципа нашего повествования, но мы надеемся, что проницательный читатель, проанализировав сказанное, сможет самостоятельно установить состояние энергии в каждом описанном случае. Вперед. Это как раз тот случай, когда мудрый начинает действовать, думать.

Левая Цунь – пульс сердца:

Быстрый – слабость рук и ног. Умеренно быстрый – боль от сердца иррадирует в спину, больной не может есть. Медленный – не может сосредоточиться, часто смеется без причины. Умеренно медленный – застой под грудной клеткой и сердцем, иногда кровохарканье. Большой – чувствует стеснение в груди. Средней величины – боль в сердце, отдающая в спину, склонность к слезам. Малый – тошнота. Умеренно малый – голод, но есть не может. Очень гладкий – постоянная жажда. Умеренно гладкий – жар под сердцем, излучает в низ живота, метеоризм, урчание в животе. Жесткий – не может говорить. Умеренно жесткий – возможны кровоизлияния, руки и ноги холодные, шум в ушах, головные боли.

Правая Цунь – пульс легких:

Скорый – склонность к эпилептическим припадкам. Умеренно скорый – лихорадка, жар сменяется холодом, слабость, иногда кашель с кровью. Может возникать боль в области

почек, позвоночника, вокруг живота, могут быть полипы в носу. Очень медленный – нарушение на поверхности тела, больной много потеет. Умеренно медленный – нарушение в руках и ногах, иногда появляется опухоль или гемипарез, усиливается потливость шеи и затылка. Очень большой – отекают ноги, часто потливость не прекращается. Очень полный – опухшие лодыжки. Умеренно большой – сильное беспокойство, одышка, рвота, кроме того, могут быть боли в груди и спине, такой пациент боится солнечных лучей. Малый – ослабление энергии полых органов на поверхности. Умеренно малый – волчий голод. Очень гладкий – одышка, так как энергия легких поднимается вверх. Умеренно гладкий – кровотечения изо рта, носа, в кишечнике и уретре. Очень жесткий – нарушение в крови. Умеренно жесткий – набухание лимфоузлов, на шее и под плечами, слабеют и тяжелеют руки.

Левая Гуань – пульс печени:

Очень быстрый – плохое настроение, нет друзей, ругается по каждому поводу. Очень медленный – тошнит. Умеренно медленный – в теле собирается жидкость, главным образом под диафрагмой, затруднение с мочеиспусканием. Очень большой – воспаление и опухоль, часто тошнит, бывают носовые кровотечения. Умеренно большой – нарушение в печени, в процесс вовлекаются половые органы, больной много кашляет, из-за этого у него напряжение и боль в низу живота. Маленький – уменьшается масса крови, жажда. Умеренно медленный – волчий аппетит, но мышцы вялые и тонкие. Очень гладкий – воспаление яичек, паховая грыжа. Умеренно гладкий – недержание мочи, парализованы мышцы мочевого пузыря. Очень жесткий – скопление жидкости в организме, она в некотором роде затопляет организм. Умеренно жесткий – напряжена энергия сухожилий, судороги, слабая кровь.

Правая Гуань – пульс селезенки:

Очень быстрый – руки и ноги слабые. Умеренно быстрый – рвота, обильный, пенящийся стул. Медленный – руки и ноги слабые, холодеют. Умеренно медленный – паралич рук и ног. Очень большой – пациент без сознания. Умеренно большой – боли в низу живота, живот вздувается. Очень малый – меняется температура (холод – жар). Умеренно большой – повышен аппетит, но есть не может. Очень гладкий – склонность к воспалению яичек (у женщин яичников). Умеренно гладкий – во многих случаях связано с глистными заболеваниями, жар в кишечнике. Жесткий – язвы по ходу желудочно-кишечного тракта. Умеренно жесткий – язвенные заболевания, стул в таком случае с примесью гноя и крови.

Правая Чи – пульс почек:

Очень быстрый – болны кости. Умеренно быстрый – больной угнетен, головокружение. Медленный – боль в позвоночнике, не может выпрямиться. Умеренно медленный – пища не переваривается. Очень большой – в теле жар. Умеренно большой – тяжесть в теле из-за скопления жидкости. Умеренно маленький – всегда повышен аппетит. Гладкий – не может помочиться, воспаление половых органов. Умеренно гладкий – заболевают кости, может только сидеть, но не стоять. Очень жесткий – застой на поверхности тела. Умеренно жесткий – нерегулярные менструации, при умеренно жестком пульсе, существующем длительное время, – неизлечимый геморрой.

Далее следовала забавная глава под название «Сексотерапия», некоторое количество акупунктурных рецептов и топография точек. Топография и рецептура представлены в других разделах, а сексуальные вопросы будут, вероятно, рассмотрены в отдельной работе.

Информация об авторе

Доктор Кочетков Владимир Львович.

Специалист по традиционной китайской медицине и пульсодиагностике.

Автор книг: «Тайны врачевания Древнего Китая», «Лекарственные растения в традиционной китайской медицине», «Питание и способ мышления в медицине систем», «Причины заболеваний и способ мышления в медицине систем», комментатор «ЗОЖ».

kv159@mail.ru

8 906 511 43 88.