

Светлана Галсановна Чойжинимаева
Болезни нервных людей,
или Откуда дует ветер?
Серия «Азбука восточной медицины»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=318102

*Болезни нервных людей, или Откуда дует ветер?: АСТ: Астрель; СПб.;
2016*

ISBN 978-5-496-02251-4

Аннотация

Тибетская медицина нашла уникальные способы исцеления недугов, которые она применяет в зависимости от конституции человека – регулирующей системы организма Ветер (нервная система). Желчь (система пищеварения) и Слизь (лимфатическая и гормональная системы). «Болезни нервных людей, или Откуда дует ветер?» – одна из книг трилогии, в которой каждый том посвящен одной из конституций. – рассказывает о представителях конституции Ветер. Люди этого типа стремительно двигаются, быстро и много говорят, торопятся всюду успеть. Они нетерпеливы, эмоциональны, непредсказуемы и непостоянны как в характере, так и в поступках. Многие их болезни – расстройства сна. заболевания нервной системы, остеохондроз, простуды – можно излечить, если последовать советам тибетских докторов.

В этой книге простым и доступным языком описаны базовые постулаты древней медицины Тибета. Вы найдете практические советы и рекомендации, которые помогут вам больше узнать о себе и своем организме. Узнаете, как правильно питаться и вести себя, чтобы взрастить на древе своей жизни два чудесных плода – здоровье и долголетие. А множество интересных историй из врачебной практики сделают чтение легким и увлекательным.

Прислушайтесь к мудрости Тибета и будьте здоровы!

Содержание

Трехцветная монада – символ тибетской медицины	6
Нервная система	12
Конец ознакомительного фрагмента.	30

С. Г. Чойжинимаева

Болезни нервных людей, или Откуда дует ветер?

© ООО Издательство «Питер», 2016

© Серия «Азбука восточной медицины», 2016

© Чойжинимаева С., 2016

Трехцветная монада – символ тибетской медицины

Слизь, ветер, желчь – три конституции человека и одновременно три главных понятия тибетской медицины. С ними связано все: здоровье и болезни, жизнь и смерть, гармония и разлад ума, души и тела. При правильном образе жизни и питании три конституции служат друг другу опорой и находятся в равновесии.

В тибетской традиции им соответствуют три цвета, и вместе они составляют Триединую монаду. Синий – *слизь*, красный – *ветер*, желтый – *желчь*. Почему были выбраны именно эти цвета? Синий обозначает воду и холод – природу *слизи*. Красный символизирует страстность – свойство *ветра* (иногда используется белый цвет, указывающий на воздух – его стихию). Желтый – это жар и цвет *желчи*. Эти цвета и Триединая монада неизменны на протяжении тысячелетий как основной символ врачебной науки Тибета.

В России есть своя традиция тибетской медицины, столетия назад принесенная в Бурятию буддийскими врачами-ламами. Для того чтобы сделать ее достоянием современных людей и была задумана эта трилогия.

Известно, что «все болезни от нервов». Почему так? Ответ на этот вопрос вы найдете в этой книге. В ней рассказы-

вается о том, что такое конституция *ветер*, почему ее называют «держателем жизни» и чем грозит ее возмущение с позиции тибетской медицины. Вы узнаете, как избежать великого множества болезней, возникающих из-за расстройства нервной системы, получите практические советы и рекомендации относительно питания и образа жизни. Материал основан на огромном личном врачебном опыте, изобилует живыми примерами из современной жизни и адресован всем, кто хочет сохранить здоровье, чтобы жить долго и благополучно.

Почему тибетская медицина – древняя наука исцеления – становится все более востребованной в наши дни? Чтобы ответить на этот вопрос, обратимся к истории. Тибетская медицина возникла много столетий назад, органично соединив в себе древние врачебные традиции Индии, Китая, Персии и античной Европы. В XII веке был написан всемирно известный канон тибетской медицины «Чжуд-ши», который вобрал в себя опыт нескольких тысячелетий врачевания. Эта книга, ставшая основой тибетской медицинской практики, представляет собой уникальное обобщение и систематизацию знаний многих поколений целителей разных стран и культур. Важно подчеркнуть, что, создавая собственную оригинальную систему врачевания, тибетские ученые-медики отбирали различные методы, исходя из их реальной пользы и доказанной эффективности. Таким образом, с самого начала тибетская медицина была нацелена именно на полу-

чение практических результатов в лечении заболеваний.

Эта традиция сохранялась и преумножалась в последующие столетия и дошла до наших дней. В России история тибетской медицины началась в XVII веке в Забайкалье, куда эти знания проникли вместе с буддизмом. Более 300 лет они передавались из поколения в поколение бурятскими эмчи-ламами, которые успешно лечили самые разные заболевания, в том числе туберкулез, холеру, тиф и др. Рецептура тибетских фитопрепаратов, безусловно, претерпела изменения, чтобы соответствовать условиям российского климата и жизни, а также характеру местной флоры. Аналогичный процесс происходил и в других странах (Монголия, Китай), где медицина Тибета получила распространение.

Практика бурятских эмчи-лам со временем стала предметом пристального внимания со стороны столичных научных кругов. В итоге в Москве и Петербурге открылись клиники тибетской медицины легендарного Петра Бадмаева. Воспитанное в западных традициях, русское образованное общество с изумлением открыло для себя неведомую науку врачевания. Результаты деятельности Бадмаева оказались поразительными, его слава росла, а поток пациентов в клиники не иссякал. Сам Бадмаев писал об этом так: «Чем объяснить, что в Петербурге, в центре цивилизации России, тибетская медицина становится центром всеобщего внимания? Почему трудящийся люд ежедневно сотнями по два-три часа ожидает очереди приема?» Объяснение было только одно: пора-

зительная эффективность лечения. В клинике Петра Бадмаева люди могли получить помощь и тогда, когда врачи западной медицины были бессильны и уже махнули на них рукой.

В наши дни тибетская медицина несколько не утратила своей значимости. Ее успешность объясняется, прежде всего, глубоким знанием человеческого организма и причин возникновения болезней, в то время как ортодоксальная западная медицина не может объяснить происхождение таких недугов, как ревматизм, рак и многих других, а процедуры, используемые ею, становятся все более шаблонными.

С одной стороны, это защищает врача, избавляя его от ответственности: случись что с пациентом, он может сослаться на стандартность терапии. С другой – люди получают лечение без учета индивидуального характера заболевания. При этом действие фармацевтических препаратов (гормональных, гипотензивных, сердечных, ферментативных, антибиотиков и др.) направлено исключительно на подавление симптомов и замещение функций организма, а их побочные эффекты сравнимы по силе с негативным действием первоначальной болезни.

Между тем ее причина остается невыявленной. Вот почему современной западной медицине не удастся справиться с тяжелыми хроническими заболеваниями, дающими основной процент смертности в наше время: гипертонией, инфарктом, раком, системными заболеваниями и др. В последнее время все чаще звучат мнения о необходимости нового

взгляда на эти недуги, в первую очередь, на их происхождение. Люди не хотят иметь осложнений и побочных эффектов от терапии химическими средствами, они желают избавиться от болезни раз и навсегда.

Однако все новое, как известно, – это хорошо забытое старое. Тибетская медицина уже в древности прекрасно знала причины заболеваний и методы их лечения. Ее усилия всегда были направлены не на искусственное замещение функций, а на восстановление естественного равновесия в организме, а значит, подлинного, а не иллюзорного здоровья.

Методы тибетской медицины – как внешние (процедуры), так и внутренние (фитопрепараты) – не имеют побочного действия и пригодны для всех категорий пациентов. В то же время неизменно сохраняется принцип индивидуального подхода.

Теоретические взгляды восточной (тибетской, китайской, корейской, японской, вьетнамской и др.) медицины основаны на учении об универсальных основах Инь и Ян. Природа и сами люди представляют единую систему, но в мире всегда присутствуют две противоположности: холод и тепло, день и ночь, свет и темнота, полнота и пустота, мужчина и женщина и т. д. При этом в тибетской традиции врачевания выделяются три регулирующие системы организма, или конституции человека. *Слизь* (эндокринная и лимфатическая системы) и *ветер* (нервная система) относятся к холодному типу

Инь, а *желчь* (пищеварение) и кровь – к горячему типу Ян. Эти факторы учитываются при оценке влияния среды обитания на человека и назначении фитопрепаратов, процедур, а также характера питания и образа жизни. Лечение начинается с восстановления равновесия энергий Инь и Ян и устранения возмущения конституции, которое явилось первопричиной заболевания.

Так, возмущение *желчи* приводит к сердечно-сосудистым заболеваниям, в частности к гипертонии. Нормализовав конституцию *желчи*, современный врач тибетской медицины способен справиться с этой болезнью. Не менее успешно лечатся и раковые заболевания (в начальной стадии), сахарный диабет, артриты и артрозы, системные заболевания человека. Именно в широкой практической применимости и высочайшей эффективности методов тибетской медицины и состоит ее непреходящая ценность.

В этой и других своих книгах я постаралась обобщить огромные знания врачей клиники тибетской медицины «Наран» и свой личный врачебный опыт излечения самых разных болезней. Я постаралась изложить теорию и практику тибетской медицины без наукоподобия, доступным современному читателю языком с тем, чтобы помочь ему избавиться от неведения и тем самым начать путь к обретению подлинного здоровья и счастливого долголетия.

Нервная система

Ветер – это причина всех болезней.
«Чжуд-ши», Тантра Объяснений

С позиций тибетской медицины состояние здоровья и жизнь человека зависят от трех регулирующих систем организма, или конституций (дошей): *слизь, желчь, ветер*.

Конституция *слизь* отвечает за лимфатическую и эндокринную системы и, кроме того, включает в себя все слизистые оболочки организма.

Конституция *желчь* анатомически включает печень и желчный пузырь и отвечает за пищеварение.

Третья доша, *ветер*, связана с нервной системой. В организме она имеет всеобъемлющее значение – регулирует функции органов чувств (слух, зрение, обоняние, осязание, вкус), скорость циркуляции крови, лимфы и других физиологических жидкостей, интенсивность обновления тканей, мыслительную деятельность, продвижение пищи по пищеварительному тракту, движение воздуха в процессе вдоха-выдоха, выведение мокроты и нечистот (кала, мочи и т. д.), протекание химических реакций в клетках и всех биологических процессов вообще. *Ветер* проявляется в расширении и сокращении легких, перистальтике желудочно-кишечного тракта, пульсации сердца, сокращениях мышц, любых дви-

жениях.

Все три конституции на протяжении жизни находятся в постоянном взаимодействии и взаимно влияют друг на друга. Принадлежность к тому или иному типу определяет характер человека, его наклонности, темперамент, физические признаки, а также предрасположенность к различным заболеваниям. Последнее объясняется тем, что все недуги развиваются на основе возмущения конституций *ветер, слизь, желчь*. Это либо состояние возбуждения – Ян, либо состояние упадка – Инь.

Конституция, доминирующая в организме, более других подвержена изменению в ту или иную сторону с неизбежным развитием свойственных ей болезней. При этом у каждого человека присутствуют все три регулирующие системы, независимо от того, какая из них доминирует. Поэтому предрасположенность к одним заболеваниям не исключает возникновения других. У всех людей есть пищеварительная система (*желчь*), эндокринная и лимфатическая (*слизь*) и нервная (*ветер*). В тибетском медицинском трактате «Чжуд-ши» *ветер* называется держателем жизни и управителем всех болезней: «*Ветер* осуществляет вдох и выдох, дает силу для движения и работы, перемещает силы тела, дает ясность органам чувств и управляет всем телом» (Тантра Объяснений). Жизненная основа конституции *ветер* в аюрведи-

ческой традиции обозначается как «ватта», в тибетской медицине – «рлунг», в бурят-монгольской традиции – «хии». Различаются пять видов *ветра*:

– *Держатель дыхания* – находится в темени, регулирует движение пищи по пищеводу, осуществляет процесс дыхания, отвечает за слюноотделение, выведение мокроты, чихание, отрыжку, придает ясность органам чувств, определяет мыслительные способности и эмоции;

– *Бегущий вверх* – находится в груди; контролирует процесс речи, придает ясность памяти, дарит душевную и телесную бодрость;

– *Проникающий* – находится в сердце, но проникает во все органы и ткани тела, регулируя их состояние и функции; отвечает за процессы поднятия-опускания, сжимания-разжимания, открывания-закрывания;

– *Равный огню* – находится в желудке, отвечает за пищеварение;

– *Очищающий вниз* – находится в прямой кишке, контролирует выведение кала, мочи, крови, спермы и содержимого матки.

Конституция *ветер* занимает в организме важнейшее место. Она управляет деятельностью всех органов и систем, объединяя их в единое целое и обеспечивая взаимодействие с внешней средой. Анатомически конституция включает в себя центральную и периферическую нервные системы.

Центральная нервная система воспринимает внутренние

и внешние сигналы и отвечает на них соответствующими импульсами, изменяющими работу органов и систем. Она включает в себя головной и спинной мозг. Первый находится в полости черепа и состоит из ствола мозга, мозжечка, промежуточного мозга и больших полушарий. Каждая его часть отвечает за свойственные ей функции. От ствола мозга через отверстия, расположенные в основании черепа, отходят 12 пар черепно-мозговых нервов, которые связывают его с органами слуха, зрения, обоняния и вкуса, с жевательной и лицевой мускулатурой, а также (посредством блуждающего нерва) с внутренними органами – желудком, кишечником, сердцем, легкими и др.

Продолговатый мозг, представляющий собой часть ствола мозга и одновременно продолжение спинного мозга, регулирует процессы дыхания, пищеварения, сердечную деятельность и другие жизненно важные процессы, а также жевание, глотание, сосание и защитные рефлексы: рвоту, кашель, чихание. Мозжечок управляет двигательной активностью. При его повреждении человек теряет способность к координированным движениям, сохранению равновесия тела. Промежуточный мозг отвечает за эмоции и такие потребности, как голод, жажда, половое влечение (либидо), регулирует обмен веществ, поддержание постоянной температуры тела, координирует деятельность внутренних органов с помощью физиологических жидкостей: крови, лимфы, межклеточной жидкости (конституция *слизь*). С этим отделом мозга

связаны такие сложные двигательные рефлексы, как ходьба, плавание, бег и др.

Большие полушария мозга покрыты корой, состоящей из серого вещества, площадь которой (за счет складчатости) составляет $0,25 \text{ м}^2$. Кора работает как целостная система, при этом различные ее области выполняют свои функции. Так, затылочная область отвечает за зрение, височная – за слух, лобно-височная – за речь. Повреждение соответствующей части коры мозга приводит к утрате тех или иных способностей: видеть, слышать, говорить и т. д. Есть также зоны вкусовой и обонятельной чувствительности и двигательная зона, обеспечивающая осознанные движения тела. Кора головного мозга ответственна за психическую деятельность, она управляет такими функциями, как память, мышление, речь, поведение. Связанная с ней подкорковая область соответствует врожденным безусловным рефлексам – эмоциям человека.

Головной мозг регулирует работу спинного, который находится в позвоночном канале и представляет собой длинный белый шнур диаметром около 1 см. В центре его проходит узкий канал, заполненный спинномозговой жидкостью. От спинного мозга отходит 31 пара спинномозговых нервов, каждая из которых начинается передним и задним корешками. Передние отвечают за двигательные реакции; их нейроны своими окончаниями вплетаются в мышцы (скелетные, гладкой мускулатуры внутренних органов, потовых и

сальных желез). Задние корешковые нервы имеют чувствительные нейроны. Передний и задний корешки соединяются между собой и образуют спинномозговой нерв, который, в свою очередь, делится на четыре ветви: переднюю, заднюю, оболочечную и вегетативную. Передняя и задняя ветви содержат как двигательные, так и чувствительные волокна и вегетативные окончания. Оболочечная ветвь иннервирует оболочку спинного мозга, а окончания вегетативной ветви проникают в железы и гладкую мускулатуру.

В зависимости от места (отдела позвоночника) и уровня поражения будет наблюдаться та или иная симптоматика заболевания. Шейный отдел (С1-С7) связан с органами чувств, щитовидной железой, функциями глотания и речи, а также верхними конечностями. Его повреждение вызовет такие явления, как дизартрия (нарушение речи), логоневроз (заикание), затруднение при глотании, парез верхних конечностей. Грудной отдел (Т1-Т12) соответствует молочным железам, бронхолегочной системе, сердцу, желудку и поджелудочной железе, тонкому и толстому кишечнику. Повреждение поясничного отдела (L1-L5) приведет к проблемам с мочеиспусканием, нарушению стула, половым расстройствам, снижению двигательной и чувствительной активности (онемению, одеревенению) нижних конечностей.

Кроме того что спинной мозг отвечает за сокращение скелетных мышц, регулирует (вместе с головным мозгом) работу сердца, желудка, мочевого пузыря и других внутренних

органов, он выполняет роль проводника, обеспечивая согласованную работу всех отделов центральной нервной системы. И головной, и спинной мозг связаны со всеми органами посредством нервов – длинных отростков нервных клеток (нейронов), которые достигают в длину нескольких десятков сантиметров. В тибетской медицине их называют «белыми каналами». Нервы с корешками и ветвями, нервные сплетения, нервные окончания и нервные узлы в комплексе составляют периферическую нервную систему, которая пронизывает все ткани организма и связывает с головным и спинным мозгом внутренние органы, мышцы, железы, органы чувств. Она состоит из нервной ткани, клетки в которой называются нейронами. Каждый нейрон имеет тело и отростки, короткие или длинные, и соединен с соседними нейронами. Скопление тел нейронов и коротких отростков образует серое вещество нервной ткани, скопление длинных отростков – белое вещество. Одни нейроны (чувствительные) передают импульсы от органов чувств в центральную нервную систему, другие (двигательные) обеспечивают передачу импульсов от центральной нервной системы к мышцам (гладкой мускулатуры, скелетным) и железам.

Академик И.П. Павлов выделял три составляющие воздействия нервной системы на органы. Пусковое действие вызывает или прекращает работу органа (например, сокращение мышцы). Сосудодвигательное действие регулирует просвет сосудов и приток крови к органу. И наконец, трофи-

ческое действие стимулирует или замедляет обмен веществ. Таким образом, состояние органа и его потребность в питательных веществах и кислороде всегда согласованы. Так, если к мышце поступает импульс, вызывающий ее сокращение, одновременно с этим увеличивается приток крови к ней и усиливается обмен веществ, что дает энергетическую возможность для мышечной работы.

Помимо деления на центральную и периферическую, нервная система подразделяется еще на соматическую и вегетативную. Соматическая осуществляет связь организма с внешней средой, вызывая сокращение скелетной мускулатуры и обеспечивая чувствительность. Она также иннервирует кожу и такие органы, как язык, гортань, глотка. Ее действия подконтрольны сознанию человека. В отличие от нее вегетативная (автономная) нервная система не зависит от человеческой воли. Она иннервирует внутренние органы, железы, кровеносные сосуды, гладкую мускулатуру органов и кожи, отвечает за процессы дыхания, обмена веществ, выделения и др. Ее разделяют на симпатическую и парасимпатическую. Первая усиливает работу организма, вторая способствует восстановлению затраченных им ресурсов.

Таким образом, эти две системы оказывают противоположное воздействие на организм. Под влиянием симпатической нервной системы учащается и усиливается сердцебиение, повышается артериальное давление, обостряется восприимчивость органов чувств, замедляются сокращения же-

лудка и кишечника, уменьшается выработка желудочного сока и секрета поджелудочной железы, расслабляется мочевой пузырь. Под воздействием парасимпатической системы, напротив, сердцебиение замедляется и ослабляется, артериальное давление понижается, усиливаются сокращения желудка и кишечника, увеличивается выработка желудочного сока и секрета поджелудочной железы и т. д.

Симпатическую и парасимпатическую нервную систему можно сравнить с монадой «Инь-Ян», символизирующей два противоположных, но тесно связанных между собой и переходящих друг в друга начала.

Даже краткого обзора функций нервной системы достаточно, чтобы увидеть, что она играет важнейшую роль в организме. Она не только обеспечивает его целостность и связь с внешней средой и создает ответные реакции (рефлексы) на внешние раздражители, но и позволяет нам влиять на внешнюю среду, изменяя ее по своей воле. Именно нервная система обеспечивает процесс мышления, формирующий психоэмоциональную составляющую жизни человека.

Но следует учитывать, что возмущение *ветра* влечет за собой развитие всех телесных недугов. Это касается как болезней «холода» на основе нарушения конституции *слизь*, так и болезней «жара», вызванных дисбалансом конституции *желчь*. В трактате «Чжуд-ши» об этом говорится так: «*Ветер* действует сразу на жар и на холод. Он раздувает жар

желчи, студит холод *слизи*... поднимает с места собравшиеся болезни, разбрасывает повсюду рассеянные болезни, а мелкие *ветры* раздувают остатки жара. Поэтому с *ветра* нельзя спускать глаз» (Тантра Наставлений).

Это означает, что помимо нервных болезней, возникших на своей основе, возмущение *ветра* может приводить к различным заболеваниям на чужой основе, т. е. на основе возмущения конституций *желчь* и *слизь*. Если из-за своего образа жизни и характера питания в течение долгих лет человек накопил возмущение одной или обеих конституций, то присоединение расстройства *ветра* вызовет изменение в развитии болезни, и на месте хронических недугов могут появиться инфаркт миокарда, инсульт, раковые опухоли.

Рассмотрим это на примере сердечно-сосудистых заболеваний у людей конституций *желчь* и *слизь*. Анатомически доша *желчь* включает в себя печень, которую тибетские врачи называют «старшей царицей». Она выполняет в организме более 300 функций, и без нее жизнь человека невозможна. Неправильное питание и нездоровый образ жизни приводят к возмущению конституции *желчь* и нарушению работы печени. Это значит, что, если человек регулярно употребляет много жирной, острой, горячей, жареной пищи да еще заливает все это алкоголем, он тем самым заставляет печень трудиться в усиленном режиме и производить много желчи, необходимой для пищеварения. Одновременно печень вырабатывает и другие вещества, в частности холестерин, кото-

рый откладывается на стенках сосудов, что приводит к развитию атеросклероза. Атеросклеротические бляшки сужают сосуды, сокращают ток крови, что ведет к недостатку кровоснабжения (ишемии) органов.

В основе возмущения конституции *слизь* также лежит сбой в работе печени из-за неправильного питания и накопления в организме слизи (жира, лимфы, межклеточной жидкости, секрета слизистых органов – коллоида, мукоида). Конституция *слизь* и конституция *желчь* влияют на все обменные процессы в организме (углеводный, жировой, белковый и др.), и продукты их дисбаланса разносятся с током крови и лимфы по всем органам и тканям. Если человек злоупотребляет сладкими, переедает, это вызывает возмущение конституции *слизь*, способствует развитию атеросклероза, а значит, сердечно-сосудистых заболеваний.

Надо заметить, что пищей сладкого вкуса в тибетской медицине называется любая приятная на вкус пища, которую хочется есть: молоко, масло, картофель, макароны и молочные каши, кондитерские, хлебобулочные и сдобные изделия, а также мясо, рыба и морепродукты. Избыток углеводов и жиров при замедленном пищеварении неизбежно приводит к увеличению содержания холестерина в крови, органах и тканях с последующим выпадением его на стенках сосудов в виде атеросклеротических бляшек и жирового липоматоза внутренних органов. Ухудшение кровотока может происходить постепенно, долгие годы. В этом случае прогрессиру-

ет хроническая сердечно-сосудистая недостаточность (стенокардия). Но развитие болезни может иметь более бурный и стремительный характер и даже вызвать мгновенную смерть, если к ней присоединится возмущение *ветра* – волнение, горе, печаль, страх, переживание или даже сильная радость. Нервный стресс вызывает выработку адреналина, который суживает сосуды. Если спазм затягивается дольше нескольких минут, это может привести к тромбозу и далее к инфаркту или инсульту.

Атеросклеротические бляшки могут разорваться, закупорив своими мелкими частичками сосуд. На месте разрыва образуется сгусток крови (тромб), который, в свою очередь, оторвавшись, также может закупорить сосуд. Закупорка приводит к острой недостаточности и частичному или полному омертвлению (инфаркту) органов, которые сосуды снабжают кровью. Если тромбоз происходит в коронарной артерии, питающей сердце, это вызывает инфаркт миокарда – гибель сердечной мышцы из-за недостаточного поступления к ней кислорода. Присоединение к возмущению конституции *слизи/желчи* возмущения *ветра* в виде нервных стрессов ведет к взрывному развитию ситуации.

В состоянии возмущения *ветер* поражает организм через мышцы, кожу, кости, сосуды, плотные и полые органы – так называемые 6 входных дверей – и вызывает 63 болезни. О *ветре* сказано, что он «управляет всеми болезнями», «все болезни „поднимает с места“, присоединяется к

их „хвосту“, его присоединение к „хвосту“ болезни может привести к смерти или „раздуть“ остаточный жар» («Лхан-Тхабс», гл. 2). Присоединение к «хвосту» болезни означает обострение хронического заболевания и бурное его развитие на фоне нервного стресса (возмущения конституции *ветер*), что может закончиться смертью.

О *ветре* говорится также, что он «причина распрей между дошей» («Чжуд-ши», Тантра Наставлений). Взаимосвязь конституций проявляется, в частности, в возможном переходе представителя одной в другую. Так, если человек, имеющий от рождения конституцию *желчь*, начнет переедать, не будет следить за своим питанием, станет злоупотреблять сладкой, тяжелой, маслянистой, калорийной и холодной пищей, холодными напитками и при этом ограничит физическую, умственную и душевную активность, т. е. не изменит свой образ жизни в лучшую сторону, а может быть, и усугубит ситуацию обливанием холодной водой, пребыванием в сырости, на ветру и т. д., со временем он плавно перейдет в другую конституцию – *слизь*. Внешне это проявляется в увеличении веса, а внутренне – в накоплении в организме слизи, жидкости, жира. Природная и приобретенная конституции – *желчь* и *слизь* – вступят в борьбу. И если в этот момент, при наличии распри между двумя дошами, которая делает человека максимально уязвимым, произойдет психологический кризис, возникнет сильное нервное переживание, потрясение, стресс, т. е. случится возмущение *ветра*, это «под-

нимет» болезнь с места, «раздует» ее и послужит толчком к развитию инсульта, инфаркта, ракового заболевания любой локализации или иных недугов.

Можно привести множество примеров присоединения возмущения *ветра* к дисбалансу *слизи* и *желчи*. Если у женщины на основе возмущения *желчи* была мастопатия, пережитый стресс может спровоцировать развитие рака молочной железы; при наличии миомы матки – маточное кровотечение, которое потребует оперативного вмешательства; при избыточной полноте (возмущение *слизи*) – рост полипов в желудочно-кишечном тракте, а при наложении постоянных гложущих изнутри обид – увеличение щитовидной железы. Человек, страдающий хронической гипертонией и переживший нервное потрясение, может стать жертвой инфаркта или инсульта.

Говоря о возмущении *ветра*, необходимо подчеркнуть, что оно вовсе не является чем-то фатальным, не зависящим от человеческой воли и сознания. Напротив, причину и условия развития этого состояния создает сам индивид.

Общая причина возмущения всех трех конституций одна – неведение, которое «порождает три яда души: страсть, гнев и невежество» («Чжуд-ши», Тантра Объяснений). Гнев возмущает *желчь*, невежество – *слизь*, а страсти служат причиной возмущения *ветра*.

Неведение – это, прежде всего, незнание человеком соб-

ственной природы, своей конституции, того, как следует вести себя в той или иной ситуации, незнание (и нежелание знать) великого опыта человечества, которое оно приобрело за тысячелетия, и, наконец, глупость. Родившись, каждый должен заново овладевать всеми этими знаниями, несмотря на существование генной памяти, которая определяет природные склонности, предрасположенность, некоторые черты характера. Процесс получения и обновления знаний, постижения мира начинается с момента рождения и продолжается всю жизнь. Ежедневно человек добывает и обновляет их. И всякий раз, когда он пренебрегает ими, это порождает неведение и страсти. Страсти (вожделение) и привязанности – вот что в основном служит возмущению конституции *ветер* (нервной системы).

Страсть бывает любовной, сексуальной, но это может быть и страсть к спорту, наживе, карьерному росту, еде, модной одежде и даже к знаниям. Великое множество страстей происходит от неведения, ограниченности сознания, узости кругозора, душевной и умственной лени. Н.В. Гоголь в поэме «Мертвые души» ярко описал характеры, всецело определяемые страстями: Ноздрев – разнузданный гуляка, Плюшкин – скряга, Чичиков – стяжатель, Собакевич – обжора, Манилов – вздорный мечтатель. Эти люди не вызывают уважения, у них нечему научиться, и они сами не желают учиться.

Страсти иссушают душу, делают человека безнравственным, бездуховным; единственное, о чем он может думать, – о

предмете своего культа. Как правило, он равнодушен к своему здоровью и, не задумываясь, расшатывает собственную нервную систему, вызывая развитие множества болезней – не только нервной системы, но и недугов на основе конституций *слизь* и *желчь*: сахарного диабета, ожирения, язвенной болезни, онкологии, заболеваний сосудов и сердца (инфаркта, инсульта).

Однако и чрезмерное внимание к своему здоровью может превратиться в страсть. Итогом такой «заботы» станет не долгая, полноценная и счастливая жизнь, а ущербное существование и даже преждевременная смерть.

Жертвой такой неумеренной страсти к «оздоровлению» стала одна из пациенток клиники «Наран». Валентина Максимовна (45 лет) обратилась в клинику с раком молочной железы четвертой стадии. Что же довело ее до такого состояния? Из разговора выяснилось, что ее супруг всю жизнь был до крайности озабочен своим здоровьем. Везде, где только мог, он собирал всевозможные методики оздоровления, питался строго по минутам, отсчитывая крупу по зернышку – ни на одно больше, ни на одно меньше, – без конца ставил себе клизмы, очищал кишечник, обливался холодной водой, обтирался снегом и т. д. и т. п. Весь его день был расписан и подчинен единственной страсти – сделать себя здоровее. Когда у его жены обнаружили рак, это оказалось для него, как бы кощунственно это ни звучало, кстати – теперь он

мог экспериментировать и над ней. По его настоянию Валентина Максимовна отказалась от медицинской помощи и стала лечиться исключительно народными средствами, включая самые экзотические. Например, она привязывала к груди кусок гнилого мяса. Этим она вызвала воспаление – опухоль прорвало наружу, образовалась открытая рана. Болезнь в буквальном смысле разъедала грудь, и с каждым промыванием из пораженного участка вымывались все новые фрагменты сгнившей ткани. Процесс распространился на кости, лимфатическую систему, легкие, суставы, позвоночник. Стало болеть все тело, рука сильно отекала, началось воспаление второй молочной железы. От женщины исходил смрадный запах.

К несчастью, время для лечения было безнадежно упущено. Все, чем могла помочь Валентине Максимовне тибетская медицина с ее огромным арсеналом лекарственных средств, – это несколько снизить болевой синдром. В скором времени женщина умерла от раковой интоксикации.

Говоря о множестве страстей, делающих человека безнравственным, заставляющих его попираť нормы морали и в итоге приводящих к истощению жизненных сил, нельзя не упомянуть любовную страсть. В тибетской медицине она выделяется особо. В трактате «Чжуд-ши» об излишествах любовного (сексуального) плана сказано, что они «приводят к утрате половой силы, к слабости, головокружениям и даже к внезапной смерти» (Тантра Объяснений).

До каких физических и душевных страданий может довести человека любовная страсть, видно из примера одной пациентки клиники «Наран».

Маргариту Львовну (48 лет) к нам привела старшая сестра. Состояние пациентки было очень тяжелым: II группа инвалидности, частичная потеря памяти, ограниченная дееспособность. Маргарите Львовне было 42 года, когда она встретила и полюбила мужчину, который был моложе ее на 15 лет. Любовь была взаимной и скоро привела к страстному роману. Женщина ушла в него с головой: ничего не замечала вокруг и не думала ни о чем другом, кроме своих чувств. Жизнь представлялась ей бесконечным праздником, сказкой, чудом. Так продолжалось пять лет – до того дня, когда человек, который был единственным смыслом ее жизни, сообщил ей, что любовь закончилась. После этих слов она как будто оглохла и ослепла, не могла поверить в то, что это правда. Она решила бороться, но изменить то, что случилось, было уже нельзя, и однажды она оказалась просто выставлена за дверь.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.