

ЛЕСТНИЦА В НЕБО,

или КИТАЙСКАЯ МЕДИЦИНА ПО-РУССКИ

中医

УЧЕБНИК +
КРАТКИЙ СЛОВАРЬ
МЕДИЦИНСКИХ ТЕРМИНОВ
ДЛЯ ВРАЧЕЙ И ПАЦИЕНТОВ

字典

ДИНА
КРУП
СКАЯ

Дина Крупская

**Лестница в небо, или
Китайская медицина по-русски**

«ИД Ганга»

2013

УДК 75.715
ББК 615.8

Крупская Д. В.

Лестница в небо, или Китайская медицина по-русски /
Д. В. Крупская — «ИД Ганга», 2013

ISBN 978-5-9908288-5-8

Цель книги – адаптация сложных понятий традиционной китайской к мышлению русского человека, а маленькие хитрости, подсказки и советы по запоминанию облегчат процесс обучения. Во второй части книги вы найдете словарь-разговорник терминов как китайской, так и западной медицины, включающий все возможные ситуации общения во время приема. Он удобен и прост, в нем есть все необходимое, но нет ничего лишнего. Книга будет полезна для тех, кто:– пытается освоить азы китайской медицины;– занимается тайцзи и цигун;– изучает китайский (или русский) язык;– переводчиков;– врачей и их пациентов.

УДК 75.715

ББК 615.8

ISBN 978-5-9908288-5-8

© Крупская Д. В., 2013
© ИД Ганга, 2013

Содержание

Ступенька первая	6
Ступенька вторая	8
Ступенька третья	11
Конец ознакомительного фрагмента.	12

Дина Крупская
Лестница в небо, или
Китайская медицина по-русски

© Д. Крупская, текст, 2013

© Издательский Дом «Ганга», 2016

* * *

Ступенька первая

Понятие о меридианах

– Гао ишен, ни хао! Ни цзи де во ма?¹

Народ, толпящийся на выходе из метро Проспект мира, обернулся на звонкий голос, говорящий на непонятном языке. Довольно ярко одетая девушка протиснулась к китайцу средних лет и бросилась пожимать ему руку.

Тот сначала не узнал ее, потом обрадовался. Они говорили на китайском.

– Катя! Неужели это ты?

– Да, как странно, доктор Гао, правда? Познакомились в Пекине, а встретились в Москве. Не могу поверить.

– Это не случайность, – разволновался китаец. – Сегодня 11.11.11. Мы, китайцы, придаем большое значение числам. Наша встреча – счастливый знак.

– Я знаю, что это за знак: вы должны научить меня китайской медицине! Я давно собиралась. Вы-то мне и были нужны.

Доктор Гао неуверенно улыбнулся.

– Вообще-то я сильно занят, Катя. Я работаю иглотерапевтом в клинике. И сейчас на работу иду.

– А я как раз в поисках работы. Можно вас проводить? – Катя решительно не замечала замешательства старого знакомого. – Придумала! Я буду вам помогать, и так научусь. Вам же нужен переводчик?

– Переводчик никогда не помешает, но для меня это непозволительная роскошь. Зарплата у меня небольшая, много уходит на жилье и питание. Да еще я откладываю средства, хочу открыть собственную клинику.

– Что вы, я готова без денег. Мне нужна языковая практика. А когда откроете свой бизнес – буду у вас работать!

– Мм... Надо подумать. Вообще-то, мне тоже нужно русский освоить. Я занимаюсь по учебнику, но говорить почти не могу. Врачу-то и не обязательно понимать речь пациента, он отмечает ход лечения по пульсу, по языку, по внешнему виду. А вот пациентам трудно, когда они не могут понять врача. Русские люди любят, чтобы им объяснили, что и зачем с ними делают, и рекомендации давать приходится жестами.

– Несерьезно как-то – на пальцах объясняться. Да чего там долго думать! – весело напирала Катя. – Сегодня такое число – сплошные единицы! Правильный день для нового начинания. Надо доверять судьбе.

Катя шла почти вприпрыжку, не замечая ветра и мелкого весеннего дождя. У нее было ощущение чуда – так все ловко складывалось! Сегодня день перемены судьбы, она это отчетливо ощущала. Давно она не испытывала такого подъема, такого восторга перед необъятными возможностями Будущего.

– Хорошо, попробуем. Но прежде чем подходить к пациентам, нужно дать тебе несколько уроков по основам китайской медицины. А то ты не сможешь ничего перевести.

– Что вы, доктор Гао, я прекрасно знаю по-китайски названия болезней, органов и частей тела.

– Это, конечно, хорошо, но мало поможет. Китайская медицина (*чжуньи*) совершенно не похожа на западную. Мы не рассматриваем по отдельности органы или части тела, в которых проявлена болезнь (*бин*). Мы воспринимаем человека как цельную систему, как микрокосмос,

¹ Доктор Гао, здравствуйте! Вы меня узнаете? (*кит.*)

где жизненная энергия *ци* движется по определенным орбитам, невидимым, словно орбиты планет солнечной системы. Эти орбиты называются меридианами, или энергетическими каналами, и коллатералиями. Они проходят через все тело. И точки (*сюэ*), куда ставят иглы (*чжэньцзю*), могут находиться далеко от того места, которое болит.

– Ха, какая прелесть! Значит, если болит голова, то лечить надо не голову? А что? Ногу?

– В общем, так и есть, – улыбнулся доктор. – Катя, у тебя интуиция! Именно на голове начинаются янские меридианы ног. А янские меридианы рук на голове кончаются. Поэтому воздействие на руки или ноги повлечет за собой изменения как раз в области головы.

– Невероятно. И совершенно непонятно. В самом деле, очень далеко от принципов западной медицины (*сии*). Какое же доверие нужно, чтобы, не зная китайской медицины, отдать в ваши руки свое здоровье.

– Катя, очень просто. Пациенты ощущают изменения сразу, после первого же сеанса.

– Надо будет как-нибудь попробовать. Хотя... – Катя сморщилась, – это же, небось, больно – когда в тебя иголку втыкают.

– Смотря как воткнуть. Смотря в какую точку. Смотря какое состояние у тебя. Смотря какая иголка...

– Ого! И все это мне надо будет выучить?

– Не бойся. Изучать медицину – все равно что подниматься по гигантской лестнице в небо. С каждой новой ступеньки открываются новые горизонты. Если через ступени не перескакивать, все поймешь. Так что давай, Катя, поговорим об основных меридианах (*цзин*), их в человеке двенадцать – по количеству основных органов. И есть еще восемь чудесных (*май*), но о них позже. Для наглядности представь себе человека с раскинутыми в стороны ногами и руками.

– Представила.

– Так вот, спереди по его туловищу – по груди и внутренней части рук и ног – проходят шесть иньских меридианов (*иньцзин*), – три по рукам, три по ногам, а сзади – по спине и по внешней части рук-ног – шесть янских (*янцзин*).

– Янские так же идут – три по рукам, три по ногам? – догадалась Катя.

– Верно, верно.

– Итого, на руках и на ногах по три иньских и три янских. Шесть и шесть, всего двенадцать. Ура! Мне все ясно! Кстати, доктор Гао, у меня вопрос: если есть в человеке меридианы, тогда должны быть и параллели? Как у Земли?

– В какой-то мере да. Есть меридианы *цзин* – продольные, а есть *ло* – коллатерали, они бывают как продольные, так и поперечные, их пятнадцать, но сейчас мы их не будем рассматривать. Просто знай, что система каналов так и называется – *цзин-ло*. По этой системе непрерывно циркулирует энергия *ци*, с ее помощью регулируется деятельность всех частей тела, органов и систем. Эта самая *ци* уравнивает энергии Инь и Ян (*инь-ян пинхэн*) и связывает организм в единое целое.

Катя не могла унять веселья. Очень уж вовремя произошла эта встреча. Она давно маялась на перепутье, не зная, куда применить свои знания и в какую сторону развиваться дальше.

Ступенька вторая

Теория Инь-Ян

– Мы ведь без шуток живем по космическим законам, – продолжал доктор Гао, глядя на развеселившуюся Катю. – Если у человека нарушены связи с небом или землей, ему не избежать дисбаланса Инь и Ян (*инь-ян шитяо*). Этот дисбаланс – и есть причина всех заболеваний (*бининь*). Так считает наша медицина, возраст которой, между прочим, пять тысяч лет, а успехи не сравнятся ни с одной медицинской теорией в мире.

– Ух ты! Как удобно – одна причина на все болезни, – Катя была настроена вовсе не так патетически.

– Относись к этому серьезно, Катя, если собираешься работать у меня, – вдруг строго сказал врач. – Пациенты (*бинжень*) должны мне доверять, а ты – помогать им в этом. Без доверия никакое лечение не поможет.

– Простите, доктор! Обещаю, я буду сама серьезность. Только помогите мне разобраться. Вот я девушка, то есть, я – Инь. Естественно, что во мне нет ничего янского, мужского. Значит, у меня заведомо дисбаланс? Значит, все люди изначально имеют причину болеть?

– Катя, неужели у всех русских такая путаница в голове? – вздохнул китаец. – Понимаешь, в любом человеке есть Инь и Ян.

– Да, это правда. Бывают совсем янские женщины и абсолютно иньские мужчины. Я таких встречала, – Катя отвлеченно смотрела мимо, будто разглядывая всплывающие людские лица в галерее своих воспоминаний.

Доктор Гао схватился за голову.

– Здесь речь идет не о характере. Человек весь поделен на Инь и Ян. Передняя его половинка – иньская, задняя – янская, это ты уже знаешь. Верхняя – это Ян, нижняя – Инь. У мужчин левая половина янская, правая иньская, у женщин – наоборот. Когда человек бодр и весел, он в янском состоянии, когда усталый и грустный – в иньском.

Катя даже остановилась, не в силах произнести ни слова. Наконец выдохнула:

– Потрясающе! Аж не верится. А еще, еще расскажите!

Доктор Гао рассмеялся.

– Надо же, как странно – не знать таких вещей. У нас даже дети знакомы с теорией Инь-Ян. Ну хорошо, еще примеры из природы. Солнце на восходе дает янскую энергию, луна – иньскую. Земля – Инь, а небо – Ян. Если посмотреть на нашу землю из космоса, то в тени будет ее иньская половина, а на солнце – янская.

– Ха! Здорово! День – Ян, ночь – Инь?

– Жар – Ян, холод – Инь. Лето – Ян, зима – Инь. И так далее.

– А осень и весна?

– Весна – переход с Инь на Ян, осень – наоборот.

– Восторг! Оказывается, теория Инь-Ян везде и всюду.

– Да, она охватывает все предметы и явления. – Щурясь от ветра, китаец боролся с зонтом. – У нас в Шанхае сейчас, наверное, погода более янская, чем тут у вас. А вот и поликлиника, где у меня кабинет. Давай чаю выпьем в кафе, пока есть время, я расскажу тебе еще про теорию Инь-Ян.

Кафешка напротив поликлиники была в эти утренние часы идеальным местом для проведения занятий – пустынная и тихая.

– Знаешь, что это? – Доктор Гао показал свою визитку со знаком тайцзи.



– Монада. Символ Инь-Ян.

– Тайцзи – Великий предел, – гордо произнес китаец.

– Аа, точно, слышала. Кстати, всегда хотела спросить: великий предел чему? – Катя, не любитель патетики, хихикнула.

– Вот, об этом я и хотел сказать, – невозмутимо продолжал доктор. – Инь и Ян в природе находятся в состоянии противоборства, но в то же время служат друг для друга производным началом. Когда Инь достигает максимума, он превращается в Ян, и наоборот, Ян в максимуме переходит в Инь. Есть и другое правило: «Если Ян отступает, увеличивается Инь, а если отступает Инь, происходит увеличение Ян». «Инь является сторожем Ян», Ян становится «вестником Инь».

– Прямо стихи, – усмехнулась Катя. – Непонятно, но здорово. Нельзя ли попроще объяснить для особо непоэтичных личностей вроде меня? Без лишних красот?

– Ох, Катя. Это же наша древняя философия, она вся символична. Ладно, попробую упростить. Вспомни: после сильного переохладения (Инь) поднимается температура, холод трансформируется в жар (Ян), а когда жар достигает максимума, тебя трясет озноб – жар трансформируется в холод, – китаец объяснял ей терпеливо, как неразумной первоклашке. – Кстати, давай скорее пей горячее, не хочу, чтобы ты послужила иллюстрацией моего неудачного примера.

Катя вдруг ощутила, что стучит зубами от холода, и обхватила чашку с чаем.

– Итак, про Инь и Ян. Их взаимопорождение и стремление к вытеснению друг друга являются движущей силой изменения и развития всего сущего, – продолжал врач. – Это символически и выражает знак тайцзи.

– Круто. Очень мудреная фраза.

– Повторить?

– Спасибо, не стоит, все равно не запомню. Скажите только, при чем тут медицина, доктор Гао?

– Медицина тут при всем. Человек живет по законам Космоса. Человеческое тело – микрокосмос, и содержит в себе разнообразные проявления Инь и Ян на всех уровнях, буквально во всем. Возбуждение – Ян, торможение – Инь. Поднимание – Ян, опускание – Инь. Снаружи Ян, внутри Инь. Внутренние органы тоже есть иньские и янские – плотные и полые. Но мало того, каждый внутренний орган еще имеет иньскую и янскую энергию. Представь, есть сердечный Инь и сердечный Ян, почечный Инь и почечный Ян. Впрочем, нам до таких тонкостей далеко. Если же смотреть в срезе работы организма, то Инь символизирует питательные вещества, а Ян – функции, то есть деятельность органов по обработке этих веществ. Представь, вот ты поела. То есть увеличила количество питательных веществ – Инь, так? После еды тебе хочется спать или бегать по улице?

– Однозначно – спать. – После чая у Кати слипались глаза, но она таращилась изо всех сил – было очень интересно. – Включается парасимпатическая нервная система, заведующая отдыхом. Это мне известно из западной медицины.

– Это значит, Инь преобладает над Ян. Янская энергия из мышц – то есть с периферии, с поверхности тела – уходит внутрь, во внутренние органы для переработки пищи. Но вот первичная грубая обработка завершилась, и столько усилий тратить организму уже не нужно. Где-то через сорок-пятьдесят минут борьбы с дремотой Ян возвращается наружу, на периферию, в мышцы, и ты чувствуешь прилив сил и бодрости за счет полученной от еды энергии.

– Другими словами, включается симпатическая нервная система, она отвечает за состояние бодрствования, активности.

– Вот-вот. Если бы ты не поела, сил у тебя было бы гораздо меньше, правда? И ни о чем кроме еды ты бы не могла уже думать. В нормальных условиях эти процессы находятся в равновесии. Если же равновесие смещается в сторону усиления или наоборот ослабления функций того или иного органа, в нем возникает избыток или недостаток Инь или Ян, что создает условия для возникновения патологических процессов.

– Предрасположенность, вот как это можно назвать, – автоматически вставила Катя.

– В этих условиях любой внешний повреждающий агент может стать причиной болезни.

«Повреждающий агент», – краем сознания удивилась Катя – и не переспросила. Она прислушивалась к тому, как съеденный салат оливье бродит по ее внутренностям и усваивается изо всех сил. Видать, весь ее Ян перекочевал внутрь и пинает, перемалывает картошку, горошек и ветчину. Шевелить ни ногами, ни руками не хотелось. Все, перегруз. Голос китайца доносился из далекого далека.

– Завтра приходи в двенадцать в кафе, пообедаем вместе и проведем следующий урок.

Ступенька третья

Плотные и полые органы (*цзанфу*)

– Ну что, Катя, усвоила про Инь и Ян? – доктор Гао сразу приступил к делу, как будто они не расставались. Он очень быстро и звучно ел суп. Катя привыкла к тому, как едят китайцы, а вот пожилая пара за соседним столом то и дело оборачивалась.

– И вам здравствуйте, доктор Гао. Я усвоила, что если человек ляжет на спину, развернув ладони к солнцу, то загорать у него будут иньские меридианы, а мерзнуть – янские. Шесть янских каналов рук и ног встречаются в области головы, а шесть иньских – в области грудной клетки. Двенадцать основных меридианов относятся к двенадцати органам. Только я не смогла эти органы запомнить. Что-то там не складывается логически.

– Я как раз собирался об этом рассказать. Поделим эти двенадцать органов пополам, чтобы тебе было понятней – на плотные (*цзан*)

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.