

Бай-Бал



**ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ
«ПОМОГИ СЕБЕ САМ»**



ВАКУУМ-ТЕРАПИЯ

В ВОСТОЧНОЙ МЕДИЦИНЕ



2024 г.

Бай-Бал
(П.П.Прокопьев)

**ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ
«ПОМОГИ СЕБЕ САМ»**



ВАКУУМ-ТЕРАПИЯ

В ВОСТОЧНОЙ МЕДИЦИНЕ

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ



Калининград
2024 г.

ISBN: 978-5-4485-8265-3

Бай-Бал (Прокопьев, П.П.). Вакуум-терапия в восточной медицине:

учебное пособие.

- Калининград: Изд-во «Клиника Аюрведы и Тибетской медицины», 2024.-131 с.

Доктор Бай-Бал (Павел Прокопьевич Прокопьев) - герметический философ, доктор аюрведы и тибетской медицины, симболог, автор 28 научных трудов, 11 патентов на изобретение, 37 рационализаторских предложений, монографии «Тетрактис», учебного пособия «Пропедевтика в рисунках и таблицах», книжных изданий «Вакуум-терапия в восточной медицине», «Пять шагов к здоровью», «Гирудотерапия в восточной медицине» и «Послание Леонардо да Винчи». Окончил Дальневосточный государственный медицинский университет (ДВГМУ), специальность лечебное дело. Затем ординатуру и очную аспирантуру по оториноларингологии. После аспирантуры специализировался по иглорефлексотерапии и восстановительной терапии. Создатель школы здоровья «Помоги себе сам». С 2001 года живет и работает в городе Калининграде (Российская Федерация).

Цель нашей работы - на примере применения вакуум-терапии показать взаимосвязь современного метода лечения с концепцией трёх дош (конституций - по Аюрведе). Мы хотели бы познакомить читателя с тем, как на практике действует метод вакуум-терапии, когда учитываются особенности организма человека. Работа наша несёт просветительский характер. Нам важно, чтобы не только практикующий врач, но и самый обычный человек разобрался в этом методе и увидел его преимущества. Поэтому мы старались, насколько возможно, меньше теоретизировать, меньше загромождать голову читателя научными сведениями, медицинскими терминами. С той же целью, мы постарались сделать работу более наглядной, используя для этого множество рисунков, таблиц и фотографий.

Надеемся, что эти знания, по крупицам собранные нами в течение двух десятков лет, дадут возможность врачам-остеопатам, массажистам, мануальным терапевтам, врачам эстетической медицины достичь положительного результата при лечении методом вакуум-терапии, а обычного человека познакомят с особенностями этого метода лечения хронических заболеваний и сориентируют в том, как помочь себе и своим близким.

Вы держите на руках третье издание, расширенное и дополненное. Первый трактат был издан 2012 году.

© Бай-Бал (Прокопьев Павел Прокопьевич), 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

Оглавление	
Предисловие	3
Введение	11
Глава 1. Классификация вакуум-терапии	17
§ 1. Простая баночная терапия	19
§ 2. Ручная вакуум-терапия	25
§ 3. Стационарная вакуум-терапия	28
Глава 2. Вакуум-терапия в восточной медицине	32
§ 1. Концепция трёх дош	35
§ 2. «Питта»	49
§ 3. «Капха»	53
§ 4. «Вата»	56
§ 5. Основные характеристики трёх дош	60
§ 6. Показания и противопоказания для вакуум-терапии	65
§ 7. Уход за банками и их содержание	67
Глава 3. Динамические банки	
§ 1. Баночный массаж	69
§ 2. Антицеллюлитный массаж	73
§ 3. Быстрые банки	79
Глава 4. Статические банки	
§ 1. Вакуум-терапия	79
§ 2. Вакуум-терапия при заболеваниях позвоночника	82
§ 3. Вакуум-терапия заболеваний костно-суставной системы	85
§ 4. Вакуум-терапия заболеваний бронхолёгочной системы	87
§ 5. Вакуум-терапия заболеваний желудочно-кишечного тракта	88
§ 6. Вакуум-терапия заболеваний сердечнососудистой системы	89
§ 7. Вакуум-терапия заболеваний мочеполовой системы	89
§ 8. Вакуум-терапия заболеваний нервной системы	90
Глава 5. Вакуум-магнитотерапия	92
§ 1. Лечение заболеваний костно-суставной системы	97
§ 2. Лечение заболеваний желудочно-кишечного тракта	99
§ 3. Лечение заболеваний бронхолёгочной системы	102
§ 4. Лечение заболеваний мочеполовой системы	103

§ 5. Лечение заболеваний нервной системы	104
§ 6. Репозиционная методика вакуум-терапии	105
§ 7. Вакуум-магнитотерапия и 4 «золотых» правила	107
Глава 6. Вакуум-рефлексотерапия	
§ 1. Вакуум-рефлексотерапия заболеваний	108
§ 2. Кровососные банки (Хиджама)	112
§ 3. Вакуум-аутогемотерапия	122
§ 4. Вакуумные банки в гирудотерапии	126
Глава 7. Дополнение	
§ 1. Совместимость и последовательность процедур	126
Заключение	129
Литература	131

ПРЕДИСЛОВИЕ

«Искусство лечения поначалу было одной из секретных наук жречества, и тайна его происхождения скрыта тем же покровом, что и тайна происхождения религиозной веры. Все высшие формы знания были с самого начала в распоряжении жреческой касты. Храм был колыбелью цивилизации. Жрецы, осуществляя свои божественные прерогативы, творили законы и следили за их исполнением, ставили правителей и управляли ими, обслуживали нужды живущих и направляли судьбы мертвых. Все ветви обучения находились под контролем жрецов, которые допускали в свой круг только интеллектуально и морально подготовленных к увековечиванию божественного дара жречества... Кандидаты, стремящиеся стать членами религиозных орденов, проходили суровые испытания для того, чтобы доказать свои достоинства. Подобные процедуры назывались инициациями, или посвящениями. Те, кто проходил испытания успешно, назывались братьями, и жрецы посвящали их в секретные учения. У древних никогда не разделялись философия, наука и религия, и каждая из этих дисциплин считалась частью целого. Философия была научной и религиозной; наука была философской и религиозной; религия была философской и научной. Совершенная мудрость полагалась достижимой только на пути полной гармонии всех трех проявлений умственной и моральной активности»¹, - читаем мы в книге М. П. Холла.



Рис. Гермес Трисмегист²

Хотя современные врачи полагают основателем своей науки Гиппократом, древние лекари таковым считали бессмертного Гермеса. Гермес Трисмегист (Трижды

¹ Холл М.П. Энциклопедическое изложение масонской, герметической, каббалистической и розенкрейцеровской символической философии / пер. с англ. В. Целищева. – М.: АСТ: Астрель, 2005. – С. 249.

² Там же. С. 69.

Величайший), он же Каdm, Тот, Ибисоголовый, Меркурий, Один, Енох, Собакоголовый, оставил после себя, как утверждает Ямвлих, двадцать тысяч книг. Мането увеличивает это число до тридцати шести тысяч. Клемент Александрийский – до сорока двух книг, в тридцати шести из которых, по его утверждению, содержалась вся философия египтян. Другие шесть книг являлись медицинскими.



Рис. Тот Ибисоголовый

Одна из величайших трагедий человечества заключается в утере практически всех сорока двух книг Гермеса. Эти книги *исчезли* во время пожара в Александрии. Гермес – основатель египетской цивилизации, изобретатель букв и чисел - увеличил год с 360 до 365 дней, установив порядок, преобладающий до сих пор, что само по себе говорит, какой масштабной личностью он являлся. По Гермесу, человек имеет двойное происхождение и состоит из двух начал: телесного и бестелесного. Телесное (видимое, материальное, физическое) состоит из *земли и воды* – плоти, костей и телесных жидкостей. Бестелесное (невидимое, метафизическое, божественное) состоит из *огня и воздуха* – сушумны, иды, пингалы, чакр, меридианов, ауры, мыслей, эмоций, мотиваций и прочего.

В трудах Гермеса, дошедших до нас, есть строки, свидетельствующие о его непоколебимой вере в то, что труды его останутся нетленными на все времена. Вот строки Трижды Величайшего, сохранённые веками: «О священные книги, которые были созданы моими подверженными порче руками, но которые были наполнены всевластным лекарством, несущим неподверженность такой порче, оставайтесь нетленными [и неповреждёнными] на все века, будучи невидимыми и ненаходимыми для того, кто вознамерится обойти всю эту земную равнину, до тех пор, пока древнее небо не породит союзы, (которые демиург назвал душами) достойные вас»³. Так может, труды Гермеса не сгорели? Может, они ждут своего часа?

А кто же такой Гиппократ, клятву которого даёт каждый студент-медик? «Гиппократ – знаменитый врач из Коса, одного из Кикладских островов, преуспевший

³ Высокий герметизм / Пер. с древнегреч. и лат. Л.Ю. Лукомского. – СПб.: Азбука; Петербургское Востоковедение, 2001. – С. 331.

в Афинах во время нашествия Артаксеркса и избавивший этот город от ужасного мора. Его назвали «отцом медицины». Изучив эту науку по votивным табличкам, пожертвованным исцеленными больными в храмах Эскулапа, он стал посвящённым и самым опытным целителем своего времени – в такой степени, что был почти обожествлён. Его ученость и знания были громадными. Гален говорит о его писаниях, что они поистине являются гласом оракула. Он умер на сотом году жизни, в 361 г. до Р.Х.»⁴, - пишет Елена Блаватская в своём «Теософском словаре».

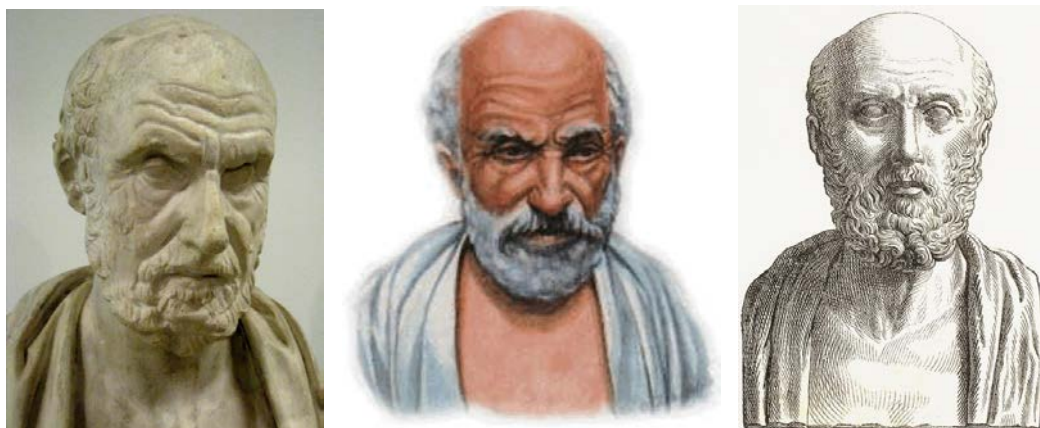


Рис. Гиппократ

М. П. Холл в деятельности Гиппократа усматривает причины, породившие впоследствии ошибки во врачевании больных людей: «Гиппократ, знаменитый греческий врач, живший в пятом веке до Р. Х., отделил искусство врачевания от других наук храма и тем самым создал прецедент. Одним из следствий этого стало повсеместное распространение грубого научного материализма. Древние осознавали взаимозависимость наук. Современные ученые этого не осознают, и вследствие этого неполные и незавершенные системы обучения стремятся утвердить индивидуализм. Трудности, с которыми сталкивается наука нынешнего времени, являются продуктом пагубных ограничений, наложенных на науку теми, кто не хотел признать, что многое в этом мире превосходит пять первичных чувств человека»⁵. Проще говоря, Гиппократ отделил бестелесную часть человека, оставив только телесное. Одним из следствий этого стало то, что мы сейчас и имеем: так называемая классическая, ортодоксальная медицина подходит к больному человеку, как к испорченной машине, в которой надо что-то удалить или заменить. И потому она бессильна перед хроническими заболеваниями, которые подчиняются более бестелесному, чем телесному.

Абсолютно верно то, что Гиппократ, снискавший славу на ниве древней науки, реформировал медицину. Но для чего он это сделал?

Гиппократ, действительно, настоящий отец современной медицины. Благодаря его реформе она достигла небывалых успехов. Но только в части физической. Религию

⁴ Блаватская Е.П. Теософский словарь. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – С. 160.

⁵ Холл М.П. Энциклопедическое изложение масонской, герметической, каббалистической и розенкрейцеровской символической философии / пер. с англ. В. Целищева. – М.: АСТ: Астрель, 2005. – С. 249.

и философию он отделил от медицины, чтобы большая часть человечества могла пользоваться ею, так как религиозная, философская часть науки об искусстве исцеления, принадлежавшая узкому кругу жрецов и фараонов, была непонятна большинству людей и пугала.

Реформа со временем как бы «отпустила тормоза», и медицина, как и вся наука, сделала в понимании мира небывалый скачок от физического к метафизическому, обретая потерянное. Ярким примером этому является обнаружение современными учёными биополя не только живых существ, но и растений, на которое указывал еще Гермес.

У древних было мало законов, но все они были глобальными. Один из этих законов – закон *подобия*, или *аналогии*. В соответствии с ним, человек, родившийся на Земле, подобен ей. И если у Земли есть атмосфера, то она должна быть и у человека. Так мыслили древние. Они были убеждены, что эта атмосфера, аура, или биополе, пронизывает тело человека, имеет закономерное движение, скорость и плотность и играет первостепенную роль в образовании хронических заболеваний. Еще несколько шагов развития, и современная европейская наука приблизится к пониманию того, что известно восточной медицине уже тысячелетия.

Имеем ли мы право осуждать Гиппократов за реформирование современной ему медицины? Едва ли. Все науки того времени претерпели эволюционный путь в материалистическом направлении.



Рис. Абу Али Ал-Хусейн Ибн Абдаллах Ибн Ал-Хасан Ибн Али Ибн Сино (Авиценна)

«Авиценна (Avicenna). Латинизированное имя *Абу Али Ал-Хусейн Ибн Абдаллах Ибн Ал-Хасан Ибн Али Ибн Сино*; персидский философ, родившийся в 980 г. н. э., хотя обычно упоминается как арабийский врач. Благодаря своим удивительным знаниям он был прозван «Знаменитым».

Следующий пример указывает на медицинскую концепцию Авиценны: «Врач должен принимать на веру слова природоведа, что [элементов] всего четыре, не более. Два из них – легкие, два – тяжелые; легкие – это огонь и воздух, тяжелые – вода и

земля»⁶. «Первичных сил в упомянутых элементах четыре – это теплота, холодность, влажность и сухость»⁷.

«В Средние века вновь были собраны, систематизированы и уточнены долго игнорировавшиеся аксиомы и формулы герметической мудрости. Теофрасту Гогенгейму, называвшему себя Парацельсом (что означает «более великий, чем Цельс»), мир обязан многими знаниями, в частности, древних систем медицины. Парацельс посвятил всю жизнь изучению и изложению герметической медицины (герметической философии). Каждое понятие и теория были просеяны сквозь сито его взглядов, и в то время как медицинское сообщество старается умалить его достижения, поскольку не принимает его систему, оккультный мир знает, что он до сих пор является величайшим из врачей всех времен и народов. Хотя сложный характер Парацельса настраивал против него людей, а его страсть к путешествиям называли бродяжничеством, он был одним из немногих умов, искавших синтез искусства врачевания с философскими и религиозными системами язычества и христианства».



Рис. Парацельс⁸

⁶ Абу Али ибн Сино. Канон врачебной науки. В 10 т, Т. II. – 3-е изд. – Ташкент: Изд-во мед. Лит. Им. Абу Али ибн Сино, 1996. – С. 32.

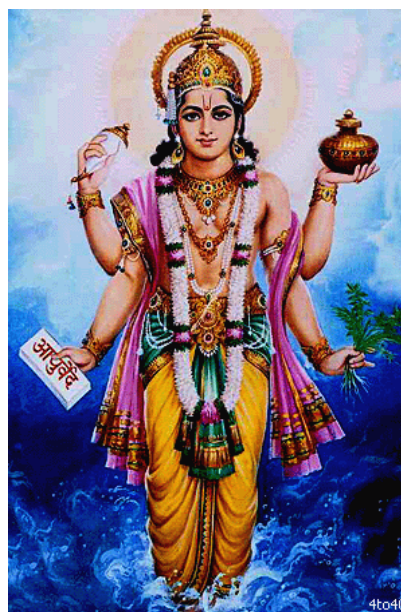
⁷ Там же. – С. 34.

⁸ Канселье Эжен. Алхимия. Несколько очерков по Герметической символике и Философской практике. /Пер. с франц. Веков К.А. – М.: Энигма, 2002. – С. 133.

Введение

Аюрведа – древняя наука, изучающая жизнь, - была создана провидцами Индии тысячелетия назад. Окруженные природой, поддерживающей всякую жизнь, эти провидцы, или «риши», определили законы, согласно которым создается и разрушается здоровье и благосостояние. Аюрведа - «наука жизни» - способствует поддержанию хорошего здоровья, природной красоты и долголетия. Эта наука впервые была описана 5000 лет назад. Хотя Аюрведа и уходит корнями в древность, она основана на универсальных законах и представляет собой живое, развивающееся знание, столь же нужное сейчас, как и в прошедшие столетия.

Традиционная Аюрведа хорошо сочетается с современными моделями целостного лечения, принимающими во внимание все аспекты здоровья человека — физический, эмоциональный и духовный. Помимо различных практик Аюрведа предлагает этим моделям более глубокое понимание того, каким образом тело и наши переживания составляют микрокосм великой Вселенной и какие отношения существуют во взаимодействии нашего внутреннего и внешнего миров.



*ДХАНВАНТАРИ
Легендарный прародитель Аюрведы
Аватара Вишну*

Аюрведа учит, что здоровье достигается с помощью баланса трех тонких энергий, известных как «Вата», «Питта» и «Капха». Эти энергии несут ответственность за существование всех форм материи («Капха»), силу и направление, в котором они движутся («Вата»), и трансформации, которым они подвергаются («Питта»). Поскольку все формы жизни обладают этими качествами, целью Аюрведы является гармонизация этих сил, что приводит к развитию всех трех аспектов — физического, эмоционального и духовного. Все аюрведические практики лечения направлены на восстановление баланса этих сил, а не на

устранение последствий его нарушения. Следовательно, Аюрведа сосредоточивает внимание на причинах болезней, а не на их проявлениях. А так как каждому человеку присущ особый, свойственный только ему баланс этих трех сил, аюрведические практики не беспорядочны, а индивидуальны и специфичны. Эффективность такого подхода неизменно подтверждалась на протяжении столетий, и теперь аюрведические лечебные режимы используются и совершенствуются во всем мире. Это, возможно, и служит причиной того, что Аюрведа считается матерью медицины.

Наряду со знаниями об использовании хирургических методов и сильнодействующих лекарств Аюрведа содержит целостную систему ежедневных практик по уходу за здоровьем: диета, физические упражнения, медитация, использование трав и практики по омолаживанию организма. Это не просто практики для облегчения протекания болезни. Они составляют неотъемлемую часть всего процесса исцеления. Многие из этих практик были приняты на вооружение западными целителями, которые трансформировали их в соответствии с требованиями западной культуры и изменением экологической ситуации. Поскольку такие трансформации согласуются с аюрведическими требованиями, их следует ценить за тот вклад, который они внесли в развитие Аюрведы в XX веке. Всё это свидетельствует о жизнеспособности и гибкости Аюрведы - матери современной медицины.

Вакуумная терапия (баротерапия, декомпрессионная терапия) — это метод лечения и профилактики с помощью вакуума преимущественно хронических заболеваний и эстетических проблем. Это метод, при котором создаваемое отрицательное давление, воздействует на участок ткани или части тела таким образом, что расширяет сосуды, улучшает циркуляцию крови, лимфы, межклеточной жидкости и убирает застои в глубинных слоях тела. Уровень общего обмена веществ в таких тканях повышается в 3 - 4 раза и долго остается выше исходного на глубине до 5 см и глубже. Улучшается проницаемость сосудов. Резко увеличивается концентрация лекарственных веществ, введенных в организм накануне, повышая лечебный эффект препаратов. Усиливается всасываемость с поверхности кожи, обуславливая эффективность применения мануальных методов лечения позвоночника, суставов и внутренних органов. Древняя восточная мудрость гласит: «Хороший массаж доходит до глубоких мышц, а правильно поставленная банка до костей». Поэтому лучшие мануальные терапевты и массажисты стремятся к тому, чтобы в совершенстве овладеть вакуум-терапией - освоить один из действенных методов лечения многих заболеваний.

В настоящее время вакуумная терапия, истоки которого можно найти в баночной терапии, применяемой для лечения людей в глубокой древности, претерпевает качественное возрождение. Многие страны выпускают различные виды приборов, аппаратов и даже огромных агрегатов по вакуум-терапии. Эти аппараты или приборы могут быть простыми (ручными), сложными (стационарными) и комбинированными. К простым относится баночная терапия. Вакуум при такой терапии производится вручную, путём откачивания воздуха или с помощью огня. Сложные приборы отрицательное давление образуют с помощью электричества: посредством подключения к сети, батарейкам или аккумуляторам. Комбинированные - имеют устройства для дополнительного эффекта. В простых приборах в баночной терапии такими эффективными дополнениями являются валики, иглы, магниты, цвет. В

сложных приборах и аппаратах вакуумной терапии помимо валиков, цвета и прочего используют для лечения лазер, газы, жидкости и другие действенные средства.

В баночной терапии в древности использовались банки из твердых пород дерева или же бамбука, а также из глины, камней, рогов, фарфора, золота или серебра. В современном мире предпочтение отдают стеклянным, силиконовым, резиновым и пластиковым изделиям, что связано с простотой их обработки. Стационарные или переносные аппараты вакуум-терапии, как правило, используют силиконовые, стеклянные или пластиковые банки, которые иногда называют насадками. Банки, или насадки, могут быть различных размеров и объёмов.

В восточной медицине вакуум-терапия, или как раньше ее называли баночная терапия, всегда считалась и считается самым простым, доступным, но достаточно эффективным методом исцеления многих хронических заболеваний. При этом применение метода вакуумной терапии опирается на знание конституции (натуры) больного, которое всегда исходило и исходит из представления о четырех элементах (огне, земле, воде и воздухе) и их смешении.

Гермес, Гиппократ и Авиценна признавали концепции четырёх элементов. Если у Гермеса человек состоял из огня, земли, воды и воздуха, то у Гиппократа это были кровь, лимфа, жёлтая и чёрная жёлчь, что у Авиценны названы кровью, сафрой, лимфой и савдой (см. таб. «Четыре элемента»).

Гермес	Огонь	Земля	Вода	Воздух
Гиппократ	Кровь	Желтая жёлчь	Лимфа	Чёрная жёлчь
Авиценна	Кровь	Сафра	Лимфа	Савда

Таб. «Четыре элемента»

Аюрведа и тибетская медицины исходят из концепции трёх дош. В Аюрведе - это «Питта», «Капха» и «Вата», в тибетской медицине - это Жёлчь, Слизь и Ветер. Медицина Парацельса исходит из трех алхимических понятий – Серы, Соли и Ртути (см. таб. «Медицина трех конституций»).

Парацельс	Сера	Соль	Ртуть
Аюрведа	Питта	Капха	Вата
Тибетская медицина	Жёлчь	Слизь	Ветер

Таб. 1 «Медицина трех конституций»

При этом, например, в Аюрведе четко указывается, что «Питта» состоит из огня и воды, а «Капха» из воды и земли, т.е. из смешения элементов.

Китайская медицина и другие близкие к ней восточные медицины исходят из концепции пяти элементов, но в то же время утверждают, что все болезни в конце концов делятся на иньские и яньские, которые в теле человека рассматриваются как

холодные и горячие. Такого же мнения придерживается тибетская медицина, причём яньские заболевания характеризуются ею к тому же полнотой и избытком, а иньские пустотой и недостатком (см. таб. «Пятиэлементная китайская медицина»).

Китайская медицина	Дерево	Огонь	Земля	Металл	Вода
--------------------	--------	-------	-------	--------	------

Таб. 2 «Пятиэлементная китайская медицина»

Справедливости ради мы должны сказать, что существовало и семитипное разделение людей по конституциям. Скорее всего, оно явлось самым древним и было связано с семью планетами, известными в то время. Выделялись типы Сатурна, Юпитера, Марса, Солнца, Венеры, Меркурия и Луны. Разделение людей на семь типов являлось, пожалуй, самой идеальной концепцией терапии человека, которая охватывала все семь герметических причин болезней и их лечение. К сожалению, для человечества эта концепция утеряна. Наши поиски привели только к фрагментам этих сокровенных знаний.

Миллионы врачей давали и дают «Клятву Гиппократата», признанного отцом современной медицины. Но удивительно, что его основополагающая концепция о четырех жидкостях, которые имели лечебные характеристики тепла, влаги, холода и сухости (Огонь, Вода, Земля и Воздух), была забыта и, мало того, подвержена критике. Еще более удивительно то, что по прошествии веков эту концепцию ученые выведут снова под терминами «гомеостаз», «водно-солевой» и «кислотно-щелочной» баланс. А ведь «водно-солевой» и «кислотно-щелочной» балансы – это есть скрытое название тех четырёх элементов, из которых состоит человек, с их терапевтическими свойствами: теплом, влагой, холодом и сухостью. Показатели водно-солевого баланса, относящиеся к воде и земле, имеют характеристики холода и влаги, а кислотно-щелочного, относящиеся к огню и воздуху, имеют характеристики тепла и сухости. Действительно, все хронические заболевания происходят из-за нарушения гомеостаза - из-за повреждающего окисления или ощелачивания. Этот процесс может охватить как весь организм в целом, так отдельный орган или систему. Все присутствующие в теле простейшие, бактерии и вирусы тоже предпочитают кислую или щелочную среду. При нарушении гомеостаза в кислую сторону безудержно размножаются кислотолубивые организмы, а щелочеустойчивые погибают, и наоборот. Когда же в лабораторных исследованиях обнаруживают прогрессирующие показатели условно патогенной флоры той или иной среды, то считают именно эти организмы виновниками заболевания. Но наш внимательный читатель теперь знает, что не они являются причиной болезни. Причина любого заболевания - в разбалансировке человеческого организма.

Если сказать коротко, нарушение гомеостаза происходит из-за «четырех неправильных» по нисходящей, на которые указывают различные течения восточной медицины:

- 1) неправильное мышление;
- 2) неправильный образ жизни;

- 3) неправильное питание;
- 4) неправильное дыхание.

Здоровье же подчиняется «четырем правильным» по закону дуальности, или противоположности. Когда в народе говорят, что все болезни от нервов (имеются в виду хронические заболевания), в этом есть правда, так как неправильное мышление и ложная мотивация (сомнения, угрызения совести, зависть, переживания, стрессы, мнительность и т.п.) нарушают работу многих органов и систем, образуя в них застои, закупорки. Это способствует интенсивному окислению или ощелачиванию отдельных участков организма и ведёт к возникновению множества заболеваний, которым даны, как пишется в основном медицинском трактате тибетской медицины «Чжуд-Ши», бесчисленные имена, хотя причина у них одна. Ярким примером неправильного мышления служит способность и готовность человека к сомнению, чем он отличается от животного. Частые сомнения, излишнее стремление анализировать свои поступки со временем оборачивается для человека множеством хронических заболеваний, которые накапливаются медленно, годами, точат его организм, как капля точит камень. Только в отличие от капли такие сомнения разрушают человека изнутри.

В диких, естественных местах обитания животные не подвержены хроническим заболеваниям. Вы не обнаружите у них ни артрозов, остеохондрозов, ни гастритов, ни холециститов. Смерть чаще наступает у них за счет травм или острых, заразных и паразитарных заболеваний. Ведь когда лиса с голоду терзает зайца, она не страдает от того, что зайцу сейчас невыносимо больно.

Осознание человеком неправильного образа жизни должно приводить его к правильному, который является индивидуальным по концепции трёх дош и предполагает, гигиену труда и отдыха, систематические занятия физкультурой, а также межсезонные профилактические, очистительные мероприятия. Тем же, кто страдает хроническими заболеваниями, необходимы еженедельные или ежемесячные профилактические мероприятия в соответствии с фазами луны. Все эти очистительные и поддерживающие процедуры человек должен уметь делать сам.

Неправильное питание полностью подчиняется доше, и коротко это звучит так: «Не важно, что вы едите, а важно как вы перевариваете». Диетология в Аюрведе разработана за несколько тысяч лет своего существования досконально, она рассматривает питание не только по доше, но и учитывает пол, возраст, сезон и местность. Вся диетология так же, как и лечение в Аюрведе, завязана на вкусах человека в соответствии с истиной: «Пусть ваша пища будет лекарством, а лекарство пищей».

Неправильное дыхание касается двух аспектов. Первый - качества окружающего воздуха (экологии), второй – «Пранаямы», науки о дыхании. Для того чтобы гармонизировать нарушенные неправильным мышлением и образом жизни органы и системы, необходимо овладеть дыхательной гимнастикой, которая зависит от индивидуальной доши и особенностей поражения организма.

Всё, о чём сказано выше, напрямую касается возникновения у человека хронических заболеваний, которые развиваются медленно, исподволь и чаще проявляются в среднем возрасте. А при возникновении острых эпидемических заболеваний - дизентерии, гриппа - эта схема работает иначе. Всё в таких случаях

зависит от количества и силы зловердного агента, проглоченного или вдыхаемого. При этом мотивация и образ жизни мало что значат.

Величайшая ошибка современной медицины состоит в том, что она не признает разделения людей на их натуры, что приводит к невозможности влиять на причины возникновения хронических болезней. Попытка объяснить причины возникновения всех болезней проникновением в организм четырех патогенных зловердных агентов: бактерий, вирусов, простейших и грибков - тоже, по нашему мнению, величайшая ошибка.

Закономерно то, что все современные лабораторные методы диагностики приведены в соответствие с принципами нынешней медицины, которая их сама же и выработала, установив свои предельно допустимые нормы. Эти нормы уже выполнили свою задачу, и сегодня становится ясно, что методы современной диагностики работают, однако они во многом устарели и не отвечают современным требованиям. Эти предельно допустимые нормы, которые являются усредненными нормами всего человечества, сейчас стали слишком широкими, тяжеловесными и грубыми. Мы здесь говорим о физиологических нормах, выход за пределы которых настораживает врачей, исходя из которых, назначаются углубленные исследования для выяснения состояния организма больного. Сейчас настало время разделить эти нормы по конституциям (дошам), отдельно для «Питты», отдельно для «Капхи» и отдельно для «Ваты», что позволит видеть и прогнозировать заболевания в начальной стадии развития. Такая концепция сузит существующие устаревшие нормы, и медицина станет действительно быстрореагирующей и профилактической. А ведь руководствуясь современными нормами, мы видим заболевания только тогда, когда оно сильно запущено. Если же эти нормы будут скорректированы по климатическим условиям проживания, сезонам и возрастам, то мы получим идеальную медицину, а если они будут индивидуализированы в рамках одного человека, то это будет истинная медицина. Заметим, что современная медицина технически и научно готова к этому.

«Философы всех веков учили, что видимая Вселенная есть только малая часть целого и что по аналогии с физическим телом человека эта реальность менее важна по сравнению со сложной конституцией невидимого. Большинство из медицинских систем современности полностью игнорирует эту суперфизическую структуру человека. Они едва ли обращают внимание на причины болезней и все больше налегают на улучшение следствий. Парацельс, замечая ту же склонность у медиков его дней, проницательно утверждал: «Есть большая разница между силой, которая устраняет невидимые причины болезни, что и есть магия, и силой, через которую проявляются просто внешние эффекты, заключающиеся в исчезновении симптомов болезни, что и есть психическое волшебство или шарлатанство... Болезнь – неестественное состояние, которое является свидетельством рассогласования между органами тела. Нельзя восстановить здоровье, пока не восстановлена гармония. Выдающейся заслугой герметической медицины является осознание того, что причинами физической болезни являются духовные и психофизические расстройства»⁹.

⁹ Холл М.П. Энциклопедическое изложение масонской, герметической, каббалистической и розенкрейцеровской символической философии / пер. с англ. В. Целищева. – М.: АСТ: Астрель, 2005. – С. 258.

Так называемые новые открытия современной науки являются часто повторениями того, что уже было сделано жрецами и философами далёкого прошлого и что было известно посвящённым ещё в античном языческом мире. Нечеловеческое отношение людей друг к другу привело к потере знаний и формул, которые, будь они в сохранности, решили бы многие проблемы нашей цивилизации. Огнем и мечом расы и народы уничтожили наследие своих предшественников и потом неизбежно столкнулись с потребностью в той мудрости, которую сами же и уничтожили.

Настоящая работа сделана по настоянию многочисленных наших друзей и учеников. Основа её закладывалась десять лет тому назад, но написание работы всё отодвигалось. Замысел должен был созреть, чтобы воплотиться в нечто конкретное и понятное. Мы сознательно отошли в работе от строгой научности и медицинских терминов и намеренно включили в неё обширный наглядный и практический материал, ибо нам хотелось бы, чтобы идеи, в истинности которых мы убеждены, были понятны обычному человеку, желающему оздоровить себя или помочь своим близким. Тех же, кто желает больше узнать, о строении кожи, мышц, сухожилий и их функциях, мы направляем к научным работам Михайличенко П.П., Давыдова Ю.А., Ларичева Л.Б. и других авторов, которые внесли вклад в вакуум-терапию. А интересующихся традиционной китайской медициной (ТКМ) и вакуум-терапией, мы отсылаем к работам У. Вэй Синя, Гончарука К.В., Гончарука Э.А., в которых эта медицина довольно полно представлена.

Глава 1

Классификация вакуум-терапии

Несмотря на то что вакуум-терапия развивается быстрыми темпами, единой классификации, которая систематизировала бы методы и способы применения вакуум-терапии, нет. Изучив её эволюцию с древних времен до наших дней, мы предлагаем такую классификацию средств и методов лечения и профилактики болезней с помощью вакуум-терапии (см. таб. Классификация средств и методов вакуум-терапии).

Средства вакуум-терапии по виду		
Простые	Ручные	Стационарные
Банки	Баночная терапия, использующая для создания отрицательного давления ручную силу	Переносные, стационарные аппараты, приборы и агрегаты, использующие для создания отрицательного давления электрическую силу

Средства, создающие отрицательное давление в вакуум-терапии		
Простые	Ручные	Стационарные
Огонь	Вентиль, совмещенный с банкой	Электрическая сеть
	Резиновая груша, совмещенная с	Аккумуляторы

	банкой	
	Сама силиконовая конструкция банки	Батарейки
	Отдельный ручной прибор для откачивания воздуха	

Методы комбинированной вакуум-терапии		
Простые	Ручные	Стационарные
Цветотерапия	Цветотерапия	Электротерапия
Металлотерапия	Металлотерапия	Лазеротерапия
Кровопускание	Кровопускание	Цветотерапия (хромотерапия)
	Ролики	Газотерапия (кислород, углекислый газ)
	Магниты	Криотерапия
	Иглы	Лимфодренаж
		Использование различных жидкостей
		Использование различных масел

Участки тела, на которых возможно ставить банки, или насадки		
Простые	Ручные	Стационарные
Ровная поверхность туловища (спина, живот и грудная клетка)	Ровная поверхность туловища (спина, живот и грудная клетка)	Ровная поверхность туловища (спина, живот и грудная клетка)
Ровная поверхность нижних и верхних конечностей	Ровная поверхность нижних и верхних конечностей	Ровная поверхность нижних и верхних конечностей
Суставы (коленные, голеностопные, плечевые, локтевые)	Суставы (коленные, голеностопные, плюсовые стоп, плечевые, локтевые, лучезапястные, кистевые)	Суставы (коленные, голеностопные, плюсовые стоп, плечевые, локтевые, лучезапястные, кистевые)
	Лицо, шея, сосцевидные отростки	Лицо, шея, сосцевидные отростки
	Молочные железы	Молочные железы
	Половой член	Половой член
		Волосистая часть головы
		Отдельно верхние конечности
		Отдельно нижние конечности
		Туловище до пояса

Материалы, используемые для изготовления банок, или насадок		
Простые	Ручные	Стационарные
Стекло	Стекло	Стекло
Силикон	Силикон	Силикон
Пластмасса	Пластмасса	Пластмасса
Резина		
Фарфор		
Глина		
Металл		
Дерево		

Таб. Классификация средств и методов вакуум-терапии

В технике применения ручной вакуум-терапии существует 2 способа применения вакуумных банок: 1) динамические банки (собственно баночный массаж или скользящие банки); 2) статические банки, т.е. стоящие банки, которые в свою очередь делятся на быстрые и длительные (см. таб. Средства, используемые в ручной вакуум-терапии).

Динамические банки, или баночный массаж	Статические банки	
	Быстрые банки	Длительные банки

Таб. Средства, используемые в ручной вакуум-терапии

§ 1. Простая баночная терапия

Простая баночная терапия является самым древним способом лечения методом вакуум-терапии. По сути дела, она является матерью современной вакуум-терапии. Простая баночная терапия, для постановки банок при которой всегда используется огонь, до сих пор остается одним из самых эффективных, дешёвых и простых методов оздоровления. При лечении этим методом издревле применялись керамические, фарфоровые, металлические, каменные и бамбуковые банки, а также банки, сделанные из рогов животных. Банки из стекла являются более современными. Самыми древними можно считать деревянные и бамбуковые банки.



Фото. Простая деревянная банка



*Фото. Простая деревянная банка
из корня берёзы*

Деревянные банки делались из твердых пород дерева, а также из корней некоторых деревьев (см. фото. Простая деревянная банка и фото. Простая деревянная банка из корня берёзы). Заготовки деревянных банок хорошо высушивали в тени, а готовые банки толстым слоем обмазывали жиром - лучше всего для этого подходил костный мозг - и долго грели у любого источника тепла: на солнце, возле печи или у костра. Некоторые мастера предпочитали кипятить банки в растительном масле на медленном огне. Все это нужно было для прочности: влагостойкости и огнеупорности.



Фото. Простые бамбуковые банки

Мнение о том, что бамбук как материал при постановке банок на тело играет лечебную роль, нам кажется преувеличенным. Некоторые врачи восточной медицины считают, что уникальность бамбука заключается в его природных антибактериальных свойствах, которые обусловлены наличием в его составе волокон сильного антисептика. Известно, что это растение используется как источник целебных веществ, как отличное противовоспалительное и общеукрепляющее средство и как средство для лечения простуды. Кроме этого, побеги молодого бамбука содержат кремниевую кислоту, которая необходима для поддержания нормального состояния волос, кожи и костей и которая успокаивающе действует при депрессиях. Несмотря на все эти положительные качества бамбука, эффект бамбуковых банок (см. фото. Простые бамбуковые банки) достигается только из-за отрицательного давления в них. Бамбуковые банки могут быть с диаметром основания от 3 до 8 см и высотой от 10 до 12 см. Для баночного массажа они непригодны.



Фото. Простая глиняная банка и горшок

Глиняные банки были хорошо и повсеместно распространены в тех странах, где было развито гончарное дело (см. фото. Простая глиняная банка). Удивительно то, что их можно было встретить почти в каждой семье, как позднее обычные стеклянные медицинские банки. В настоящее время глиняные банки при желании можно заказать у гончаров, указав размеры и объемы. Они подходят как для постановки на тело, так и для баночного массажа.



Фото. Простые керамические горшки

Есть массажисты и врачи, до сих пор использующие для лечения методом вакуум-терапии глиняные или керамические горшки (см. фото. Простой глиняный горшок и фото. Простые керамические горшки). Было время, когда такие горшки разных размеров специально изготовляли по заказу целителей для лечения больных. Теперь их приобретают в магазинах керамической посуды, учитывая форму и размер. Простые глиняные и керамические банки пригодны как для баночного массажа, так и для постановки на тело.

А вот химический состав металлических банок в свое время в восточной медицине играл большую роль. Банки из золота (см. фото. Простая золотая банка) ставились людям с холодной натурой и для активации жизненной энергии, а серебряные (см. фото. Простая серебряная банка) - для торможения и людям горячей природы. Эта методика подчиняется тому же закону, который предписывает использование золотых и серебряных игл.



Фото. Простая золотая банка



Фото. Простая серебряная банка

История говорит о том, что такие банки использовались в восточной медицине не повсеместно, их могли себе позволить достаточно состоятельные придворные врачи императоров или царей. Сегодня эта часть истории практической медицины забыта. В связи с направленностью современной медицины к одноразовости медицинского инструментария и расходных материалов уже не используются даже золотые и серебряные иглы для иглоукалывания. Из металлических банок чаще всего можно встретить использование медных банок, они до сих пор практикуются в Индии, Пакистане, на Тибете - в общем, там, куда ещё не дошла цивилизация.



Фото. Полый рог для кровезвлечения

Простые банки из рогов животных в древности использовались для кровезвлечения. В восточной медицине их называют «кросососные» банки. Есть данные, что для кровезвлечения из застойных мест, гематом и гнойников использовались полые рога крупного рогатого скота (см. фото. Полый рог для кровезвлечения), а отсасывающей силой служили губы и рот лекаря. На нужном месте тела больного делали насечку, на неё ставили широкую часть рога и отсасывали содержимое через мундштук ртом. Содержимое, будь это кровь или гной, скапливались в широкой части полого рога. Мы не стали вводить этот метод в нашу классификацию, в связи с тем, что он был лишь предшественником баночного кровезвлечения. В наши дни такие роговые банки, используются разве что шаманами и народными целителями некоторых малых народностей.



Фото. Простые каменные банки из нефрита

Простые каменные банки (см. фото. Простые каменные банки из нефрита) делались из разных пород мягких камней. Они не были так распространены, как глиняные, в связи со сложностью их изготовления. Но история говорит о том, что их изготавливали и применяли в тех местах, где была развита добыча и обработка камня.



Фото. Медицинские банки

Раньше в каждой советской семье можно было найти набор медицинских стеклянных баночек (см. фото. Медицинские банки). И каждая сострадательная мама или бабушка знала, как правильно их ставить. Ими же были оснащены все терапевтические отделения огромной страны. В какой-то момент они исчезли с продажи, были изъяты со всех медицинских отделений, по причине их «вредности». Такова современная медицинская наука: сегодня так, а завтра иначе. Но интересно то, что в Китае, Монголии, Камбодже, Индонезии, Корее, странах Ближнего Востока, Греции, у народов Севера, индейцев Северной и Южной Америки, аборигенов Австралии и многих других народов эта замечательная традиция не прерывалась. Этот метод использовали и рекомендовали использовать Гален, Гиппократ, Авиценна, Парацельс и другие целители прошлого. Перед их именами, олицетворяющими собой целые медицинские направления и даже целые эпохи, имена современных ученых-медиков с их непоследовательными рекомендациями меркнут.

§ 2. Ручная вакуум-терапия

Баночная терапия, использующая для создания отрицательного давления ручную силу - саму резиновую или силиконовую конструкцию банки - тоже не получила широкого распространения среди профессиональных массажистов и вакуум-терапевтов (см. фото. Простые силиконовые банки). Это связано напрямую с ее конструкцией: слабостью присасывающей силы, недолговечностью материала. Зато ее охотно приобретает женская часть населения для улучшения контуров тела и борьбы с целлюлитом.



Фото. Простые силиконовые банки



Фото. Простые силиконовые банки, комбинированные с цветотерапией.

Баночная терапия, использующая для создания отрицательного давления ручную силу - саму резиновую или силиконовую конструкцию банки, комбинированную с цветотерапией (см. фото. Простые силиконовые банки, комбинированные с цветотерапией) - тоже не снискала популярности среди профессионалов-массажистов и вакуум-терапевтов. Это тоже связано с её конструкцией: всё той же слабостью присасывающей силы, недолговечностью материала, а ещё и с недостаточно ярко выраженным эффектом цветотерапии. Однако и их женщины используют их для улучшения контуров тела и борьбы с целлюлитом.



Фото. Ручная банка с вентилем

Баночная терапия, использующая для создания отрицательного давления ручную силу - вентиль совмещенный с банкой (см. фото. Ручная банка с вентилем) - тоже не получила широкого распространения среди специалистов по причине слабости присасывающей силы такого рода устройства, сложности обработки банки и недолговечности механизма откачивания воздуха. Набор содержит 6 банок с различными диаметрами: 70 мм, 60 мм, 53 мм, 45 мм, 35 мм, 28 мм.



Фото. Ручная банка с резиновой грушей

Баночная терапия, использующая для создания отрицательного давления ручную силу - резиновую грушу, совмещенную с банкой (см. фото. Ручная банка с резиновой грушей), - тоже не получила широкого распространения в медицинской среде. Это тоже связано с ее конструкцией: слабостью присасывающей силы, сложностью обработки устройства и недолговечностью резиновой груши.



Фото. Ручные банки с прибором для откачивания воздуха

Баночная терапия, использующая для создания отрицательного давления ручную силу - отдельный ручной прибор для откачивания воздуха (см. фото. Ручные банки с прибором для откачивания воздуха»), - получила широкое распространение среди профессиональных массажистов и вакуум-терапевтов. Это связано напрямую с её конструкцией, позволяющей точно контролировать силу присасывания, с долговечностью материала, простотой использования и обработки. Разные диаметры горлышка банок открывают широкие возможности для их постановки на различных участках тела. Комплект может иметь 6, 12, 24 банок различного диаметра.



Фото. Ручные банки с прибором для откачивания воздуха, комбинированные с магнитотерапией

Баночная терапия, использующая для создания отрицательного давления ручную силу - отдельный ручной прибор для откачивания воздуха комбинированный с магнитотерапией - получила широкое распространения среди профессионалов-массажистов и вакуум-терапевтов (см. фото. Ручные банки с прибором для откачивания воздуха, комбинированные магнитотерапией). Этот прибор даёт возможность точно контролировать силу присасывания, он сделан из прочного материала, удобен для использования и обработки. Разные диаметры горлышка банок, дают широкую

возможность их постановки на различных участках тела, а магнитотерапия способствует усилению эффекта лечения.



Фото. Ручная банка с резиновой грушей комбинированная с магнитотерапией.

Баночная терапия, использующаяся для создания отрицательного давления ручную силу - резиновую грушу, совмещенную с банкой, комбинированную с магнитотерапией (см. фото. Ручная банка с резиновой грушей, комбинированная с магнитотерапией) может использоваться только как магнитотерапия, как она и была задумана.

§ 3. Стационарная вакуум-терапия

Вакуумная терапия, применяющая для создания отрицательного давления электрическую силу (электрическую сеть, аккумуляторы или батарейки), получила широкое распространение в современной медицине и продолжает интенсивно развиваться. Приборы, используемые ею, можно разделить на три группы. Первая группа - это небольшие, мобильные и ручные приборы для баночной терапии. Вторая – стационарные аппараты, чаще всего комбинированные для достижения лучшего лечебного эффекта с методами электротерапии, лимфодренажа, криотерапии, лазеротерапии, хромотерапии. Они используются при вакуумной терапии.



Фото. Прибор для вакуум-терапии



Фото. Прибор для вакуум-терапии комбинированный с роликами

Третья группа - стационарные большие агрегаты, позволяющие во время процедуры укладывать в аппарат всю верхнюю или нижнюю конечность и даже всю нижнюю часть туловища пациента. Эти аппараты тоже могут быть комбинированными, чаще всего с газами (кислородом или углекислым газом) или газовыми смесями, используемыми для достижения лечебного эффекта.

Группа небольших мобильных ручных приборов многочисленна. Эти приборы предназначены больше для индивидуального применения в домашних условиях. Все они направлены на устранение эстетических проблем слабой половины населения (см. фото. Прибор для вакуум-терапии).

Вакуумная терапия, использующая для создания отрицательного давления электрическую силу и комбинированная с роликами, тоже получила широкое распространение среди женского населения для борьбы с целлюлитом и для улучшения контуров тела (см. фото. Прибор для вакуум-терапии комбинированный с роликами). Многим женщинам нравится, что можно приобрести такой аппарат для индивидуального пользования и самостоятельно осуществлять оздоровительные процедуры. Ролики существенно усиливают эффект от таких процедур.



Фото. Вакуум-терапевтический стационарный аппарат

Вакуум-терапевтический стационарный аппарат предназначен для проведения физиотерапевтических процедур-сеансов массажа. Массаж тела осуществляется посредством разрежения (вакуума) создаваемого в прозрачных пластиковых банках, накладываемых на различные участки тела. Процедура вакуумного массажа показана для лечения остеохондроза и обусловленных им заболеваний периферической нервной и сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата (см. фото. Вакуум-терапевтический стационарный аппарат).

Стационарный аппарат для вакуумной и электротерапии - яркий пример комбинированных аппаратов нового поколения (см. фото. Стационарный аппарат для вакуумной и электротерапии). В этом аппарате вакуум используется только для удержания электрода на теле пациента, поэтому о вакуум-терапии говорить не приходится. Чаще всего такие аппараты для лучшего эффекта комбинируются с методами лимфодренажа, криотерапии, лазеротерапии, хромотерапии. Приобретаются

такие комбинированные аппараты центрами эстетической медицины. Хотя в инструкциях описывается множество эффективных процедур для борьбы с множеством хронических заболеваний, такие аппараты часто используют только для эстетических процедур.



Фото. Стационарный аппарат для вакуумной и электротерапии



Фото. №1



Фото. №2



Фото. №3

Фото. №1. Стационарный вакуумно-роликовый массажёр

Фото. №2. Стационарный аппарат вакуумной терапии, комбинированный с лимфодренажем и хромотерапией

Фото. №3. Стационарная многофункциональная система

Стационарный вакуумно-роликовый массажёр – один из комбинированных аппаратов нового поколения - является одним из самых эффективных в борьбе с целлюлитом и служит для улучшения контуров тела (см. Фото. Стационарный вакуумно-роликовый массажёр). Это связано с возможностью аппарата массажировать практически все тело пациента. Правда, для этого необходимо пациенту надеть специальное белье, поверх которого работает аппарат, что, разумеется, ведёт к удорожанию сеанса. Оснащаются такими комбинированными аппаратами центры эстетической медицины, имеющие достаточно средств.

Верхом достижения современной медицинской косметологии являются так называемые «комбайны» (см. Фото. Стационарный аппарат вакуумной терапии, комбинированный с лимфодренажем и хромотерапией; Стационарная многофункциональная система). Это многофункциональные системы для коррекции фигуры и ухода за лицом. Они могут совмещать более трёх технологий: радиочастотное воздействие, вакуумный массаж, криотерапию, биполярный метод радиочастотного воздействия. Такие «комбайны» имеют множество сменных насадок для вакуумной терапии, спрей для увлажнения кожи и прочее. К сожалению, все эти мощные стационарные системы направлены только для улучшения контуров тела, борьбы с целлюлитом и избыточным весом.



Фото. Установка вакуумной терапии, комбинированная с пульсирующим магнитным полем и ионизированным кислородом

Установка вакуумной терапии, комбинированная с пульсирующим магнитным полем и ионизированным кислородом, является одним из самых высоких достижений современной науки. Такие аппараты можно встретить в научно-исследовательских институтах и богатых специализированных зарубежных клиниках (см. Фото. Установка вакуумной терапии, комбинированная с пульсирующим магнитным полем и ионизированным кислородом). Действие прибора основано на попеременном воздействии отрицательного и нормального давления на нижние конечности и абдоминальную область. Это похоже на действие насоса или на «дополнительное сердце» для нижней половины тела. Во время фазы отрицательного давления происходит увеличение количества работающих капилляров и их расширение. Увеличивается перфузия в тканях и, как следствие, увеличивается снабжение тканей кислородом и питательными веществами. Даже ткани с недостаточной перфузией или ишемией активизируют свою жизнедеятельность и восстанавливаются. Во время фазы нормального атмосферного давления венозная и лимфатическая кровь активнее продвигается по капиллярам венозной и лимфатической системы, что усиливает лимфодренаж, способствует лучшему удалению продуктов метаболизма.

Глава 2

Вакуум-терапия в восточной медицине

Вакуумная (баночная) терапия, имеющая давние традиции, является эффективным методом лечения в восточной медицине. При её применении очень важно иметь представление о конституции, или, как говорил Авиценна, «натуре» больного. В Аюрведе и тибетской медицине это знание концепции трёх дош. Читатель должен хорошо себе уяснить, что только глубокое изучение этой концепции позволит ему получить наилучший результат при лечении этим методом. В основном трактате тибетской медицины «Чжуд-Ши» написано: «Врач, не знающий концепции трёх дош, может вылечить больного случайно... Согласно Аюрведе, три первичные жизненные силы присутствуют в человеческом теле в виде трех биологических элементов. Они называются на санскрите «Вата», «Питта» и «Капха» и соотносятся с воздухом, огнем и водой. Их активность и подвижность предопределяет процессы роста и распада... Доша воздуха называется «Вата». Иногда слово «Вата» переводится также как «ветер». Доша огня называется «Питта», это слово иногда переводится как «жёлчь». Доша воды называется «Капха» и в переводе означает «слизь». «Вата» (воздух) содержится в эфире, поэтому говорят, что эфир является ее составляющей. «Питта» (огонь) присутствует в организме в виде воды или масла, поэтому говорят, что она содержит воду. Вместилищем «Капхи» (воды) является земля, поэтому говорят, что «Капха» содержит землю. Каждая из дош обладает характерными свойствами. «Вата» – сухая, легкая, холодная, шершавая, тонкая и возбужденная. «Питта» – слегка маслянистая, острая, горячая, легкая, с неприятным запахом, подвижная и жидкая. «Капха» – сырая, холодная, тяжелая, вязкая, мутная, мягкая и плотная»¹⁰.

В «Чжуд-ши» о причинах болезней говорится таким образом: «А если подробнее, то бытие или разрушение тела зависят от триады – доша, силы тела и нечистоты, от того, в каком они пребывают состоянии – обычном или изменённом. Три *доша* – это ветер, желчь и слизь»¹¹. Говоря современным медицинским языком, физиология людей типа «Питта» стремится к окислению, типа «Вата» – к ощелачиванию, у тех, кто относится к типу «Капха», – к ослизнению. Все известные хронические заболевания, подчиняются этим дошам.

Современная медицина ориентируется на норму физиологических показателей, одинаковую для всего человечество, и это самая большая ошибка. Именно поэтому наша медицина бессильна перед хроническими заболеваниями. Удивительно то, что современная наука все отсортировала, квалифицировала и систематизировала, но самого человека принимает как единого, усреднённого. Но ведь даже детям известно, что яблоки бывают кислыми, сладкими или вяжущими, а в животном мире, например, собак можно разделить на больших (для охраны), быстрых (для охоты) и злых

¹⁰ Фроули Давид. Аюрведическая терапия / Пер. с англ., третье издание, М.: Саттва, 2003. – С. 32-33.

¹¹ «Чжуд-Ши»: Канон тибетской медицины. Перевод с тибетского, предисл., примеч., указатели Д.Б.Дашиева. – М.: Издательская фирма «Восточная литература» РАН, 2001. – С. 23.

(бойцовских). Древние всегда знали о неоднородности мира и по закону аналогии, или подобия, использовали эти знания в медицине.

В аюрведических учебниках часто приводят пример, рассказывающий о трех женщинах, пришедших к аюрведическому доктору на консультацию с поражением коленных суставов. При этом у женщины типа «Питта» суставы будут поражены жаром, поэтому они у нее будут красными, отечными и ярко болезненными. Она скажет, что после прикладывания лопуха или капустного листа становится легче, а применение согревающих мазей ухудшает. У той, которая относится к типу «Вата», поражение будет холодной сухостью, поэтому суставы будут холодными и деформированными. Она скажет, что после прикладывания лопуха или капустного листа становится хуже, а применение согревающих кремов с влажными компрессами значительно облегчает. У женщины типа «Капха» сустав будет поражён холодной влагой (слизью), поэтому она будет отекая, холодная и тугоподвижная. Она скажет доктору, что после прикладывания сухого тепла в виде нагретой соли ощущает значительное облегчение, а припарки и прикладывание лопуха или листа капусты ухудшает состояние. Выслушав всех, доктор Аюрведы назначит женщине типа «Питта» слабительные после некоторой подготовки и охлаждающую диету, больной типа «Капха» – терапевтическую рвоту после некоторой подготовки и ограниченную, иссушающую диету, а той, что относится к типу «Вата» – масляные и очищающие клизмы и умащивающую, согревающую дробную диету. Это и есть настоящее лечение, ибо оно учитывает особенности организма человека. К сожалению, такое лечение практикуют больше народные целители и знахари, чем современные медики.



Рис. Профессиональные банки для вакуум-терапии, комбинированные с магнитотерапией

В настоящее время вакуум-терапия осуществляется с помощью простого удобного прибора. Этот метод, показывающий хорошие терапевтические результаты и являющийся свободным от побочных эффектов, высоко оценен и становится все более популярным среди медиков и их пациентов. В последние годы в связи с научным и техническим развитием вакуумная терапия, быстро пройдя путь от базисной теории к клинической практике, стала перспективной независимой отраслью медицины. В

современном мире все больше людей используют этот простой традиционный метод для восстановления и сохранения здоровья. Особенно он приглянулся остеопатам, массажистам, мануальным терапевтам, врачам эстетической медицины в связи с его высокой эффективностью, простотой в освоении и применении (см. рис. Профессиональные банки для вакуум-терапии комбинированные с магнитотерапией).

Самый простой и эффективный метод лечения многих болезней - вакуум-терапия - полностью подчиняется концепции трёх дош. Без знания этой концепции Вам не добиться хороших результатов. Так, людям «Вата»-типа, особенно женщинам, вакуум-терапия практически противопоказана в области спины при болях в позвоночнике, так как причина этих болей не проблемы с позвоночником, а возбуждённое эмоциональное состояние женщины, ведущее к сжатию мышц спины. Людям «Питта»-типа можно начинать лечение с 2-3 качков, но не с баночного массажа, а вот людям «Капха»-типа лечение лучше всего начать с баночного массажа, с последующей постановкой банок с 3-х и более качков.

Приборы для ручной баночной терапии, разрабатываются и производятся в Корее и в Китае. С каждым годом они становятся лучше и качественнее. Их создатели и производители стремятся сохранить преимущества традиционных банок и устранить недостатки современных. Банки прозрачны настолько, что изменение состояния кожи и состояния прокачки внутри банки легко наблюдаемо. Поэтому продолжительность баночной терапии хорошо контролируется. В связи с тем, что огонь при установке банок не используется, отсутствует риск ожога кожи. Отрицательное давление внутри банки регулируется в зависимости от состояния и конституции пациента. Прибор для баночной терапии, не бьющийся, удобный и безопасный в эксплуатации, пригоден как для использования в медицинских учреждениях, так и для семейного применения.

Обычно, для мастера, использующего вакуум-терапию для лечения больных достаточно 1-2 упаковок банок по 24 штуки или по 32 штуки в комплекте, в домашних условиях достаточно одной упаковки по 12 штук или по 24 штуки в упаковке.

§ 1. Концепция трёх дош

Если мы посмотрим на людей, окружающих нас, мы увидим, что во многом не похожи друг от друга. Стандартный или средний человек — статистическая абстракция, которой на самом деле не существует. Каждый из нас отличается от всех остальных по многим показателям, как физическим, так и психическим. Каждый человек обладает индивидуальной конституцией, отличающейся от конституции любого другого человека. Фигуры и пропорции, темпераменты и характеры людей бесконечно разнообразны, и эти различия необходимо учитывать при рассмотрении состояния здоровья.

Для того чтобы обрести счастье и благополучие в жизни, мы должны знать свой характер. А для гармоничного социального взаимодействия нам необходимо понимать также характер других людей. Пища, подходящая одному человеку, может

оказаться не столь удобоваримой для другого. Например, один человек может быть в восторге от специй, а другой, даже во многом похожий на него, их просто не выносит. Точно так же и психологические условия. Благоприятные для одного, они могут оказаться неприемлемыми для другого. Одного человека конкуренция побуждает к большим достижениям, а другого — подавляет и ведет к провалу.

Непонимание особенностей своей конституции ведет к болезням. Стандартные терапевтические средства современной медицины не учитывают индивидуальных особенностей человека и поэтому не столь эффективны, как могли бы быть. Аюрведа, напротив, распознает и учитывает при лечении различные типы конституций. Она помогает нам понять, как разнообразен мир людей, определить наши личные способности и индивидуальные особенности.

Восточная медицина, будь это Аюрведа, тибетская, китайская, даосская, суфийская медицина, всегда исходит из разделения человечества на конституции, или, как говорит Авиценна, на «натуры». В этом и есть глобальная разница между современной (ортодоксальной) медициной и восточными. Такое разделение позволяет восточным медицинам исцелять даже те хронические болезни, которые в современной медицине считаются неизлечимыми: сахарный диабет второго типа, приобретённую бронхиальную астму, грыжу позвоночника, артрит и другие заболевания.

Так называемая «восточная медицина» на самом деле чистейшая герметическая медицина. На это указывает вся её философия. Она сохранилась в восточных странах и не подпала под Гиппократову реформу. Так, Аюрведа начинается из установления доши (т.е. природы) человека. Доша – это не только анатомо-физиологический показатель (телесная часть), но и психоэмоциональная сфера (бестелесная часть) человека. Доша «Питта» («желчь») - в Тибетской медицине, «сера» - у Парацельса) состоит из «воды и огня», а «Капха» («слизь») - в Тибетской медицине, «соль» - у Парацельса) из «воды и земли». Чувствуете руку Гермеса, который часто повторял, что человек составное существо?

«В Вишну Пуране, являющейся несомненно наиболее ранней из всех писаний этого наименования, мы находим, как и во всех остальных, Брамму в виде Бога мужского начала, принимающего для целей творения «четыре тела, одаренные тремя качествами. Сказано: «Таким образом, Майтрейя, Джиотсна (заря), Ратри (ночь), Ахан (день) и Сандхья (вечер – сумерки) являются четырьмя телами Браммы»¹². Здесь описывается закладывание конституций семеричного человека, так называемого «Пракрити человека», которые обозначаются как «Три доши». С установления доши и начинается вся медицина Аюрведы и тибетская медицина. «Доша» в переводе с санскритского обозначается как ошибка, природа, либо изъян, тот изъян человека, который приводит к множеству болезней, и в конце концов к смерти. Происходит же все это из-за несовершенства человеческого тела и от незнания собственного «Я».

У Гиппократовы четыре жидкости всегда исходили из четырёх элементов, так как эти жидкости имели у него лечебные характеристики, исходящие из четырёх элементов. Вот как он это описывает: «Я сказал, что я покажу, что все те начала, которые, по моему мнению, составляют человека, суть одни и те же и по установленному

¹² Блаватская Е.П. Тайная доктрина, том 2. – М.: Изд-во Эксмо, Харьков: изд-во «Фолио», 2003. – С. 69.

обычаю, и по природе; и я утверждаю, что это есть кровь, слизь и жёлчь, жёлтая и чёрная. Но я утверждаю прежде всего, что имена их по установленному обычаю различны и что ни одному из них не дано одного и того же имени; затем, что по природе виды их различны и ни слизь никоим образом не похожа на кровь, ни кровь на жёлчь, ни жёлчь на слизь, ибо какое может быть естественное сходство их между собою, когда они не представляются похожими ни по цвету для глаза, ни по осязанию для руки, когда они не бывают сходны ни в отношении тепла, ни холода, ни сухости, ни влажности»¹³.

Далее мы приводим пример из работ Гермеса, чтобы у нашего, иногда сомневающегося читателя-исследователя, не осталось никаких сомнений, что все так называемые «восточные медицины» вышли из учения Гермеса. Вот он как описывает человеческие конституции: «Все те, в которых много огня, мало воздуха, а воды и земли равное количество, обретают человеческий облик, и избыток тепла в этом живом существе превращается в сметливость...

В самом деле, если в телесном сплочении будет слишком много огня, то соответствующая душа по своей природе уже являющаяся теплой, а также присоединившая к себе еще и иное тепло, сделавшись чрезмерно вспыльчивой, придаст живому существу излишние энергичность и гневливость, тело же окажется живым и подвижным; если в нем слишком много воздуха, то в результате живое существо окажется и душой, и телом легковесным, непоседливым и неосновательным; если в нем слишком много воды, то соответствующее живое существо в отношении души будет бойким, гибким, доброжелательным, а также способным легко смешиваться и связываться со всеми остальными, поскольку признаком вод является способность объединяться и образовывать общность с другими стихиями...

Если в живом существе слишком много землистости, то душа его становится вялой, не имеющей легко растворимой телесной тонкости, как и того, от чего она могла бы обратиться к внешнему, поскольку ощущающие части ее ожирели; напротив, она пребывает внутри, при самой себе, скованная собственной тяжестью и плотностью; что же касается тела, то оно твердо, но бездеятельно, тяжело и под действием свободного выбора перемещается лишь с большим усилием. Если же сочетание всех стихий будет соразмерным, тогда живое существо окажется в делах горячим, в движении легким, в осязании уравновешенным, в отношении же устойчивости – благородным»¹⁴.

«Согласно Аюрведе, три первичные жизненные силы присутствуют в человеческом теле в виде трех биологических элементов. Они называются на санскрите «Вата», «Питта» и «Капха» и соотносятся с воздухом, огнем и водой. Их активность и подвижность предопределяет процессы роста и распада... Доша воздуха называется «Вата». Иногда слово «Вата» переводится также как «ветер». Доша огня называется «Питта», это слово иногда переводится как «жёлчь». Доша воды называется «Капха». Иногда это слово переводится как «слизь». «Вата» (воздух) содержится в эфире, поэтому говорят, что эфир является её составляющей. «Питта» (огонь) присутствует в

¹³ Гиппократ. Избранные книги. Редактор С. Сапожников. – М.: Сварог, 1994. – С. 199.

¹⁴ Высокий герметизм / Пер. с древнегреч. и лат. Л.Ю. Лукомского. – СПб: Азбука; Петербургское востоковедение, 2001. – С. 381-382.

организме в воде или в масле, поэтому говорят, что она содержит воду. Вместилищем «Капхи» (воды) является земля, поэтому говорят, что «Капха» содержит землю. Каждая из дош обладает характерными свойствами. «Вата» – сухая, легкая, холодная, шершавая, тонкая и возбужденная. «Питта» – слегка маслянистая, острая, горячая, легкая, с неприятным запахом, подвижная и жидкая. «Капха» – сырая, холодная, тяжелая, вязкая, мутная, мягкая и плотная»¹⁵.

В «Чжуд-ши» причины болезней указываются таким образом: «А если подробнее, то бытие или разрушение тела зависят от триады – доша, силы тела и нечистоты, от того, в каком они пребывают состоянии – обычном или измененном. Три *доша* – это ветер, желчь и слизь»¹⁶.

Парацельс придерживался герметических принципов при определении причин болезней и при выборе способов лечения, которыми, по воспоминаниям современников, он владел в совершенстве. Вот пример его высказываний в духе Гермеса: «Существует огромное различие между телом физическим и телом духовным. Физическое тело видимо и осязаемо, духовное – невидимо и неосязаемо. Тело ест и пьет, дух живет верою. Тело преходяще и уничтожимо, дух вечен. Тело умирает, дух живёт. Тело подчиняется духу, дух побеждает всё. Тело непрозрачно, замутнено, дух прозрачен и ясен. Тело часто болеет, дух не знает болезней. Тело есть тьма, дух же есть свет, он может проникать в сердце гор и в глубь земли. Тело исполняет то, что повелевает ему дух. Тело есть *Mutia*, субстанция духа есть бальзам жизни. Тело происходит от земли, дух же – от небес»¹⁷.

В своих работах Парацельс упоминает Авиценну, Галена, а также сорокадневное потение.¹⁸ А это уже настоящая Панчакарма¹⁹ из Аюрведы. Он знал и применял терапевтическую рвоту и очищение слабительными по фазам луны и астрологии, что указывает на его глубокие познания в этой области. Вот его назначение больному: «Вашей милости необходимо два раза в год производить чистку и обновление организма. Первый раз осенью, когда девятая луна идет на убыль, что происходит в период господства знака «скорпиона» или «рыбы». Лекарство следует принимать с утра натощак. Порошок нужно растворить в вине и выпить, после чего в течение трех часов нельзя есть ничего. После этого нужно съесть немного гороха без соли и каких-либо жиров. Главная ценность этого лекарства состоит в том, что оно удаляет флегму из желудка. После такого лечения у вас прибавится сил и бодрости. То же самое, что Вы проделываете осенью, Вашей милости необходимо совершать и весной, когда луна начинает увеличиваться, что также происходит в период господства знаков «скорпиона» или «рыбы». Следует также в день приема лекарства и на

¹⁵ Фроули Давид. Аюрведическая терапия / Пер. с англ., третье издание, М.: Саттва, 2003. – С. 32-33.

¹⁶ «Чжуд-Ши»: Канон тибетской медицины. Перевод с тибетского, предисл., примеч., указатели Д.Б. Дашиева. – М.: Издательская фирма «Восточная литература» РАН, 2001. – С. 23.

¹⁷ Гартман Франц. Жизнь Парацельса и сущность его учения / Пер. с англ. – М.: Алетейя, 2002. – С. 245.

¹⁸ Майер Пирмин. Парацельс – врач и провидец. Размышление о Теофрасте фон Гогенгейме / Пер. с нем. Е. Б. Мурзина. – М.: Алетейя, 2003. – С. 316.

¹⁹ Панчакарма это метод Аюрведической терапии, дословно переводится, как пять действий (терапий), в Тибетской медицине она представлена как «Пять врачебных процедур», в настоящее время она является самым эффективным методом исцеления всех хронических заболеваний.

следующий день сделать кровопускание»²⁰. Здесь Парацельс использует метод очищения, известный восточной медицине, когда флегма, то есть слизь, удаляется из желудка. Этим эффективным методом восточные врачи очищают больных от слизи и сегодня. Желудок является самым удобным местом для её удаления из организма. Опираясь на эти знания, Парацельс со временем эволюционирует в своих познаниях по алхимии, так как далее он говорит только о «соли, ртути и сере» и соответственно лечение у него становится алхимическим. Вот его слова по этому поводу: «Не следует подражать тем, которые говорят только о том, что алхимия превращает металлы в золото и серебро. В этом искусстве скрыта великая тайна, смысл которой состоит в лечении болезней. Именно здесь лежат основы алхимии... Что касается интереса, который многие питают к полезному и увлекательному искусству дистилляции, то следует сказать, что с помощью последнего можно из любой материи посредством нагревания и выпаривания получить эссенцию (квинтэссенцию), являющуюся тончайшей субстанцией и заключающую в себе высочайшую силу. Упомянутый метод, равно как и многие другие, способствует поддержанию здоровья людей, помогает делать нужные лекарства для больных, которые, прибегнув к их помощи, скоро выздоравливают. Это настоящее искусство, которое можно открыть лишь самому близкому человеку (который, более движимый любовью к ближним, чем соображениями собственной выгоды, стремится помочь людям)»²¹.

Таб. Основные характеристики дош

	Питта		Капха		Вата	
	огонь	земля	земля	вода	вода	воздух
Гомеостаз	Стремление к окислению		Нормальное		Стремление к ощелачиванию	
Температура тела	Повышенная		Нормальная		Пониженная	
Артериальное давление	Гипертония		Норматония		Гипотония	
Пульс (качество)	Лягушки		Лебеда		Кобры	
Пульс (частота)	70-80		60-70		80-90	
Пульс (сила)	Сильный		Умеренный		Слабый	
Моча	Кислая, желтая		Слизь ++++		Бесцветная	
Скелет	Нормальный		Массивный		Тонкий	
Мышцы	Нормальные		Массивные		Слабые	
Тело	Спортивное		Упитанное		Худое	
Эмоции	Громки, шумны,		Тихи, ленивы,		Тихи, мнительны,	

²⁰ Майер Пирмин. Парацельс – врач и провидец. Размышление о Теофрасте фон Гогенгейме / Пер. с нем. Е. Б. Мурзина. – М.: Алетейа, 2003. – С. 118.

²¹ Майер Пирмин. Парацельс – врач и провидец. Размышление о Теофрасте фон Гогенгейме / Пер. с нем. Е. Б. Мурзина. – М.: Алетейа, 2003. – С. 43-44.

	подвижны, эмоциональны	медлительны, апатичны	боязливы, болтливы
Миры	Животный	Минеральный	Растительный
Основные системы	Кровеносная	Лимфатическая	Нервная
Слабые места	Сердечно- сосудистая система	Дыхательная система	Нервная система
Частые болезни	Исходящие от окисления. Инсульт, инфаркт	Исходящие от избытка веса и слизи	Исходящие от нервной системы и ощелачивания

Табл. Названия трёх дош на различных языках

Сочетание	Санскрит	Монгольский	Тибетский	Русский	Латынь
Воздух и вода ²²	Вата	Хии	Рлунг	Ветер	Pneuma
Огонь и вода	Питта	Шара	Мкхрис	Жёлчь	Billis
Вода и земля	Капха	Багадан	Бадкан	Слизь	Mucus

§ 2. Питта.

Физические характеристики

Люди «Питта» - конституции обычно имеют средний вес, среднее телосложение и хорошо развитые мускулы. Кожа у них хорошо снабжается жиром и имеет хороший цвет, однако склонна к появлению угрей, сыпи и к другим воспалительным процессам. Глаза у них тоже легко краснеют и воспаляются. Эти люди чувствительны к солнечному свету, и им нередко приходится носить очки. Волосы у них редкие, обычно они склонны к ранней седине или облысению.

Представители огненного типа, как правило, обладают хорошим аппетитом, подчас даже чрезмерным. Они могут есть практически все и не набирают вес (пока не достигнут 40-50 лет). Однако они склонны к повышенной кислотности желудочного сока и к изжоге, у них может развиваться язвенная болезнь или гипертония. Сон у них, как правило, средний по продолжительности, но может становиться беспокойным, в частности, из-за эмоциональных конфликтов. Сновидения умеренно частые, нередко яркие и драматичные, иногда с элементами насилия.

Отходы — стул, моча — обычно обильны по количеству и имеют желтый цвет и крепкий запах, т.к. их окрашивает желчь (питта), вырабатываемая в их организме

²² Людей «Вата» типа в Аюрведических трактатах дают как смешение Воздух и Пространство или Эфир, но Эфир и Пространство не являются элементами, а их всего 4: Огонь, Земля, Вода и Воздух. Поэтому Воздух и Вода это холодная сухость (лёд), какими являются люди воздушной стихии.

в больших количествах. Часто у этих людей бывает частый жидкий стул (более 2-3 раз в день), и они склонны к диарее. Они обильно потеют, и их пот, как и другие выделения, может иметь неприятный запах. У них горячая кровь, легко возникают гематомы и кровотечения. Чаще всего люди огненного типа страдают от лихорадок, инфекций, интоксикации крови и воспалений. Они с трудом переносят голод, жару, солнечный свет, огонь и химикаты и предпочитают прохладу, воду и тень.

Людам типа «Питта» свойствен дух соревновательности, они с удовольствием занимаются спортом и физическими упражнениями. Отдают предпочтение всевозможным спортивным играм. Они любят побеждать и терпеть не могут проигрывать. Эти люди обладают средней выносливостью, но быстро устают на солнце и в жару. Их суставы обычно подвижны, но склонны к вывихам. У представителей «Питта»-типа средний запас энергии и жизненных сил, но они легко могут собраться и решительно заставить себя двигаться дальше, что может привести к переутомлению.

§ 3. Капха.

Физические характеристики

Люди «Капха» - конституции обычно ниже среднего или высокого роста, имеют несколько полную комплекцию и хорошо развитую грудную клетку. Они склонны к полноте или ожирению и, как правило, имеют избыточный вес и склонны к задержке жидкости. Кожа у них толстая, обычно влажная и прохладная. Глаза большие, привлекательные, с белыми белками и крупными веками. Волосы густые, жирные и прочные. Зубы крупные, белые, привлекательные.

У людей «Капха» - конституции аппетит невысокий, а метаболизм — медленный. Они едят 1-2 раза в день, но часто могут вообще пропускать прием пищи, хорошо переносят голод. Однако сбросить вес им, как правило, трудно, даже если они мало едят. Они любят сладости, и с возрастом у них может развиваться диабет. Они легко засыпают, нередко подолгу спят и им, как правило, трудно заставить себя сидеть допоздна.

Моча, пот и стул у них не слишком обильны. В жару они могут сильно вспотеть, но не сразу и потеют потом долго. У них накапливается и выделяется большое количество слизи, особенно по утрам. Будучи водным типом, тип «Капхи» больше всего страдает от излишнего веса и скопления жидкостей в организме. Частые заболевания — ожирение, застойные явления, увеличение желез, астма, отеки и опухоли (как правило, доброкачественные). Особое беспокойство этим людям причиняют холод, влажность и застоявшийся воздух. Они предпочитают жару, легкий сухой воздух и ветер. Люди типа «Капхи» склонны к сидячему образу жизни, но обладают недюжинной выносливостью и, если уж принимаются за дело, могут долго трудиться без перерыва и многого достигнуть. Они берут скорее упорством и

настойчивостью, нежели скоростью, умением или хитростью. Физически они страдают в основном от бездействия и недостатка дисциплины.

§ 4. Вата.

Физические характеристики.

Люди, у которых преобладает «Вата», биологическое начало воздуха, обычно бывают либо выше, либо ниже среднего роста. У них хрупкое телосложение, и набирать вес им трудно. Они костлявы, не имеют хорошо развитых мышц, вены у них сильно выделяются. Кожа сухая, легко становится шершавой, а после 30 лет покрывается трещинами или морщинами. Цвет кожи — бледный или смуглый, возможны коричневые или черные пигментные пятна. Глаза обычно маленькие, сухие; возможен тик или подергивание век. Волосы сухие (как и кожа головы), легко секутся и склонны к появлению перхоти.

Сила пищеварения у представителей воздушного типа слабая, непостоянная и неравномерная. Временами аппетит у них высок, а временами понижается или пропадает вовсе. Эмоциональное расстройство, стресс или конфликтная ситуация легко приводят их к расстройству пищеварения на нервной почве. Они мало спят и страдают от бессонницы, которая может стать хронической. Если их разбудить, то заснуть снова им уже нелегко. У людей этого типа беспокойные сны, иногда бывают кошмары.

Что касается отходов жизнедеятельности, то моча и пот у людей «Вата» - конституции не обильны. Стул скорее сухой и скудный. У «Вата» - индивидуумов часто возникают запоры, вздутие живота и газы. Они склонны к болезням, сопровождающимся болью — от обычной головной боли до хронических заболеваний, например артритов. Из факторов окружающей среды наибольшее беспокойство им причиняют холод, ветер и сухость. Впрочем, им неприятны любые крайности, в том числе и чрезмерная жара или солнцепек. Люди «Вата» - конституции вообще не любят ничего грубого и резкого. Как правило, они лучше всего себя чувствуют в теплом и влажном климате. Им следует придерживаться питательной диеты, хорошо восстанавливающей силы. Для нормального самочувствия им необходима эмоциональная атмосфера заботы и поддержки.

Представители «Вата» - конституции физически активны и энергичны. Они любят скорость и движение, предпочитают аэробные виды спорта. Но они быстро устают, им не хватает выносливости и устойчивого запаса жизненных сил. В молодости эти люди, как правило, спортивные, но физические данные не позволяют им заниматься силовыми упражнениями и контактными видами спорта. У них наблюдается склонность к мышечным спазмам и судорогам. Кроме того, они не очень хорошо чувствуют свое тело и могут быть несколько неуклюжи. Люди типа «Вата» более подвержены травмам и переломам, чем другие типы.

§ 5. Основные характеристики трех дош.

Для начинающих изучение характеристик трех дош всегда было нелегким делом. Даже если усвоены основные характеристики трех дош, глубокое понимание их приходит не сразу. При этом сложность состоит ещё и в том, что мужчины и женщины, относящиеся к этим дошам, во многом различаются. Во многих учебниках по Аюрведе, да и в Интернете тоже можно найти множество таблиц, схем, вопросников, позволяющий понять, кто относится к типу «Питта», кто к типу «Капха», а кто является представителем доши «Вата». Когда же даются короткие тезисные таблицы, как например «Основные характеристики трех дош» (см. Таб. Основные характеристики трех дош), для изучающего они становятся еще более сложными.

Таб. Основные характеристики трех дош

Питта	Капха	Вата
Маслянистая	Влажная	Сухая
Горячая	Холодная	Холодная
Легкая	Тяжелая	Легкая
Раздражительная	Устойчивая	Изменчивая
Текучая	Медленная	Быстрая
Острая	Плотная	Разрежённая
Кислая	Сладкая	Горькая
Жидкая	Смазанная	Шершавая

Знакомясь с этими таблицами, схемами, вопросниками, мы должны понимать, что все они относятся к представителям национальностей Индии, которые проживали там не одну тысячу лет в определенных климатических условиях. Для жителя России с ее климатическими условиями (сухими трескучими морозами и жарким летом) эти данные должны быть скорректированы. При этом сильное смешение рас и национальностей в современном мире делает такие физические характеристики, как рост, телосложение, вес, цвет кожи, глаз, волос, зубов, их формы, самыми разнообразными (см. таб. «Типы физической конституции в Аюрведе»).

Эту таблицу без изменения мы взяли из работы «Аюрведа и ум» известного специалиста по Аюрведе и ведическим знаниям Давида Фроули²³. В России такие

²³ Фроули Давид. Аюрведа и ум: Пер. с англ., – М.: Саттва, 2005.С. – 304.

физические показатели, как рост, телосложение, вес, цвет кожи и глаз совершенно отличаются от аюрведических. Так из-за растущей гиподинамии все чаще встречаются не худые, а полные представители типов «Вата» и «Питта». Волосы у русского человека более жидкие, чем у южанина, при этом редко можно встретить представителя типа «Питта» с густыми волосами, а человека типа «Капха» - с волнистыми. Форма и цвет глаз не всегда могут нести информацию о принадлежности человека к тому или иному типу. У русских женщин типа «Вата» нередко встречаются большие глаза, а форма зубов при таком развитии стоматологии уже не является показателем принадлежности человека к определённому аюрведическому типу. Показатель цвета кожи в России малозначим, так как кореец «Капха» - типа не может быть белым и бледным. Как он был желтым таким и останется. А люди «Вата» - типа в России скорее белы, нежели смуглы, как указано в Аюрведе. Можно рассмотреть всю таблицу и найти в ней много такого, что при критическом взгляде позволит понять человеку, изучающему концепцию трёх дош, что невозможно механически руководствоваться ею, определяя принадлежность живущего в России человека, к той или иной доше.

§ 6. Показания и противопоказания для вакуум-терапии.

Вакуум-терапия нужна не только хроническим больным, но и здоровым людям для поддержания хорошего самочувствия и профилактики различных заболеваний. Лечение баночным массажем и ручной вакуум-терапией предназначено для хронических болезней. Детям до подросткового периода она противопоказано, кроме вакуум-аутогемотерапии, которую можно делать с 5 лет. Оно также противопоказано большинству людей старше 80 лет. Однако могут быть исключения: всё зависит от физической формы. При необходимости для лечения детей и людей преклонного возраста используют методы вакуум-аутогемотерапии, вакуум-магнитотерапии и вакуум-рефлексотерапии.

Показания

1. Боли в спине, пояснице, шее.
 2. Головные боли.
 3. Остеохондроз.
 4. Ушибы, растяжения мышц, сухожилий и связок в восстановительном периоде.
 5. Переломы, в восстановительном периоде.
 6. Функциональные расстройства после перелома и вывиха (тугоподвижность суставов, мышечные изменения, рубцовые сращения тканей).
 7. Артриты в подострой и хронической стадии.
-

8. Невралгии и невриты.
9. Радикулиты.
10. Параличи.
11. Хроническая недостаточность сердечной мышцы.
12. Стенокардия.
13. Гипертоническая болезнь I-II ст.
14. Артериальная гипотония.
15. Реабилитационный период после инфаркта миокарда.
16. Хронический гастрит.
17. Нарушение моторной функции толстого кишечника.
18. Бронхит.
19. Пневмония.
20. Бронхиальная астма.
21. Язвенная болезнь желудка и двенадцатипёрстной кишки (вне обострения).

Противопоказания

I. Воспалительные процессы:

- 1) лихорадочное состояние;
- 2) обострение хронических заболеваний;
- 3) активная форма туберкулеза;
- 4) венерические заболевания;
- 5) хронический остеомиелит;
- 6) увеличенные лимфатические узлы, связанные с перенесенным острым заболеванием или обострением хронического заболевания;
- 7) острые воспалительные заболевания;
- 8) острая почечная и печеночная недостаточность.

II. Болезни крови:

- 1) кровотечения, кровоточивость;
- 2) заболевания крови;
- 3) заболевания брюшной полости с склонностью к кровотечению (при массаже живота);
- 4) после кровотечений в связи с язвенной болезнью, гинекологическими, травматологическими и другими заболеваниями (не ранее, чем через 2 месяца).

III. Заболевания кожи:

- 1) гнойные процессы любой кожной локализации;
- 2) заболевания кожи инфекционного, грибкового или невыясненного происхождения;
- 3) грибковое поражение волосистой части головы (трихофития, микроспория);
- 4) повреждения и раздражения кожи;
- 5) обострение аллергического процесса с кожными высыпаниями;
- 6) хронические заболевания кожи в период обострения.

IV. Сердечнососудистая патология:

- 1) острая сердечнососудистая недостаточность: инфаркт миокарда, отек легкого (не ранее, чем через 2 месяца);
- 2) острое воспаление вен, острый тромбоз;
- 3) варикозное расширение вен;
- 4) гипертоническая болезнь III ст. с выраженной соматической патологией, с частыми гипертоническими кризами.

V. Психические заболевания с чрезмерным возбуждением, значительно измененной психикой.

VI. Противопоказаниями к массажу живота служат:

- 1) заболевания желудочно-кишечного тракта в острой стадии и в период обострения;
- 2) заболевания желудка и кишечника со склонностью к кровотечению;
- 3) острые воспалительные заболевания органов брюшной полости;
- 4) туберкулез органов пищеварения, брюшины;
- 5) злокачественные опухоли;
- 6) острые воспалительные заболевания женских половых органов;
- 7) беременность;
- 8) послеродовый и послеабортный период до 2х месяцев;
- 9) желчнокаменная и мочекаменная болезнь.

VII. Банки не ставят: При алкогольном и наркотическом опьянении и на пять органов чувств, наружные гениталии, задний проход.

§ 7. Уход за банками и их содержание

Профессиональные банки для баночного массажа и ручной вакуум-терапии прочны и просты в применении. Мастера, которые давно используют вакуум-терапию в лечебных целях предпочитают большую упаковку в 24 банок (см. фото Профессиональные банки для баночного массажа и ручной вакуум-терапии). Эти банки можно использовать при вакуум-терапии, вакуум-магнитотерапии, вакуум-рефлексотерапии, вакуум-аутогемотерапии, а также для баночного массажа и вакуум-микрораспускания. Ниже мы даем технические характеристики этих вакуумных банок (см. таб. Технические характеристики профессиональных вакуумных банок).



Фото. Профессиональные банки для баночного массажа и ручной вакуум-терапии.

Маркировка	Количество	Объем в мл	Внутренний диаметр в см	Наружный диаметр в см
B1	4	150	6,5	7,5
B2	4	120	6,0	7,0
B3	4	80	5,0	6,0
B4	4	60	4,3	5,3
B5	4	40	3,5	4,5
B6	2	20	2,5	3,5
B7	2	10	1,7	2,8

Таб. Технические характеристики профессиональных вакуумных банок

Банки обрабатываются после каждого использования, моются теплым мыльным раствором, лучше всего моющим раствором типа «Ферри», затем насухо вытираются и обрабатываются 96% спиртом. Но если вы используете банки для индивидуального применения, то обработка 96% спиртом будет излишней.

Откачивающее устройство или, как его многие называют, «Пистолет» или «Насос», обрабатывается один раз в полгода. Для этого его разбирают, моют мыльным моющим средством удаляя пыль и грязь, насухо вытирают, смазывают медицинским вазелином и снова собирают (см. фото Виды откачивающего устройства и Откачивающее устройство в разобранном виде). Никогда не кипятите банки и не подвергайте воздействию абразивных растворов и высоких температур. Берегите резиновые части банок и насоса от воздействия прямых солнечных лучей, контакта с маслом и спиртосодержащих растворов. Перед использованием переложите банки из коробки в прямоугольную, пластмассовую корзину. Так вам будет удобно использовать их, а коробку отложите в сторону, она вам понадобится при переезде, чтобы не повредить банки. Современные вакуумные банки прочны и не бьются. Но когда они неоднократно падают на каменный или кафельный пол, то со временем трескаются и начинают пропускать воздух. По этой причине там, где используете вакуумные банки, полы должны быть из линолеума, ковры или хотя бы из пластика.

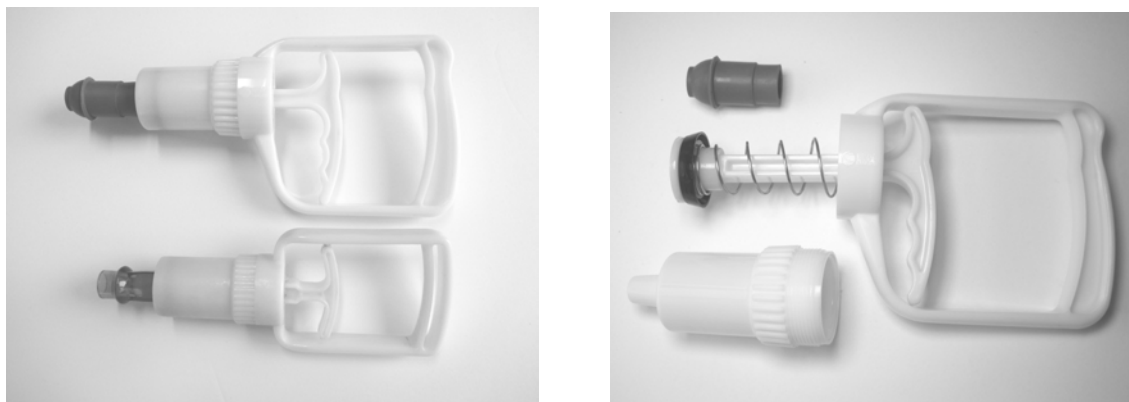


Фото. Виды откачивающего устройства.

Фото. Откачивающее устройство в разобранном виде.

При аккуратном использовании профессиональные банки для ручной вакуум-терапии, могут служить от 7 до 10 лет, а при аккуратном использовании в домашних условиях - до конца жизни.

Глава 3

Динамические банки

§ 1. Баночный массаж

Баночный массаж является одним из самых действенных методов оздоровления и борьбы с целлюлитом. Профессиональные массажисты чаще всего его используют как подготовительный этап перед массажем. При этом надо учитывать конституцию больного или клиента.

При конституции «Капха»-типа этот массаж можно делать с первого сеанса, но недолго - до минуты силою в полкачка, т.е. откачивая насосом воздух на $\frac{1}{2}$ от полного качка. На 3-4 сеансы уже можно усилить лечебное воздействие: баночный массаж уже делается до 2 минут силою в полкачка. В конце лечения, с 7-9 сеансов, используются сила в 1 качок с нарастающей продолжительностью до 5 минут и более.

При конституции «Питта»-типа баночный массаж делается на 2-3 сеансы курса обычного медицинского массажа, так как природная чувствительность представителей этого типа не позволяет это делать ранее. При этом длительность баночного массажа не должна превышать одной минуты, сила не должна превышать полкачка.

Людям «Вата»-типа баночный массаж абсолютно противопоказан из-за их высокой чувствительности и неприемлемости никакого насилия над собой, даже терапевтического.

Ниже даётся примерная схема лечения, рассчитанная на 15 сеансов (см. таб. Баночный массаж по дошам). При этом сеансы делаются через день. Небольшие кровоподтеки и синяки являются нормой.

Сеансы	Питта		Капха	
	Время	Сила качка	Время	Сила качка
1			30 секунд	Полкачка
2	10 секунд	Полкачка	50 секунд	Полкачка
3	20 секунд	Полкачка	1 минута	Полкачка
4	30 секунд	Полкачка	2 минуты	Полкачка
5	40 секунд	Полкачка	2 минуты	Полкачка
6	50 секунд	Полкачка	2,5 минут	Полкачка
7	1 минута	Полкачка	2,5 минут	Полкачка
8	1 минута	Полкачка	3 минуты	1 качок
9	1 минута	Полкачка	3 минуты	1 качок
10	1 минута	Полкачка	3,5 минуты	1 качок
11	1 минута	Полкачка	3,5 минуты	1 качок
12	1,5 минут	Полкачка	4 минуты	1 качок
13	1,5 минут	Полкачка	4 минуты	1 качок
14	2 минуты	1 качок	5 минут	1 качок
15	2 минуты	1 качок	5 минут	1 качок

Таб. Баночный массаж по дошам

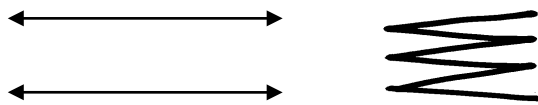
В технике баночного массажа используются 5 основных движений:

1. Продольные по отношению к телу движения.



Продольные движения делают вдоль позвоночника по обеим сторонам, и если позволяет позвоночный столб, то и по позвоночнику. Такими же движениями обрабатываются задние поверхности голени, и боковые части бедер, так называемые «галифе», при антицеллюлитном массаже.

2. Поперечные по отношению к телу движения.



Поперечными движениями обрабатываются боковые поверхности грудной клетки по ходу реберной дуги, а так же поверхности лопаток, ягодиц и боковые части бедер («галифе») при антицеллюлитном массаже. Людям «Капха»-типа (только им) при бронхитах или трахеитах, если позволяет грудная клетка, делается баночный массаж грудной клетки круговыми и поперечными движениями.

3. Круговые движения.



Круговые движения позволительны по всей поверхности спины, кроме ребер, особенно они эффективны вокруг лопаток, плечевых и коленных суставов. Эти же движения делаются при антицеллюлитном массаже в области ягодиц и «галифе», а также, если позволяет живот, то и по животу. Это допустимо для лиц с конституцией «Капхи» и «Питты», представителям типа «Вата» они противопоказаны. При этом движения делаются по ходу часовой стрелки.

4. Вибрация.

Выбор метода вибрации используется при так называемых быстрых банках: после постановки банки она сразу снимается своеобразным хлопком. Здесь важна вибрация, которая уходит вглубь тела. Такую методику баночного массажа полезнее применять после медицинского массажа или как самостоятельный метод лечения. Она может служить и подготовительным этапом перед предстоящим баночным массажем, так как характеризуется достаточно мягким и деликатным воздействием. Есть много специалистов, выбирающих этот неагрессивный способ воздействия для лечения детей старше 5 лет и стариков. Иногда такую методику используют, когда клиенту по тем или иным причинам нельзя оставлять синяки.

5. Сотрясения.

Метод сотрясения используется над триггерными точками и миофасциальными узлами. Для того, кто далёк от медицины, надо пояснить: это такие болезненные точки или узлы небольших размеров в области мышц и сухожилий, которые всё время хочется трогать и массировать. Технически это делается следующим образом. Сначала находится такая точка или узел, на нее ставится банка в 2-3 качка. А затем, не допуская каких-либо движений банки, необходимо произвести сотрясения в разные стороны. Такой способ усиливает действие стоящих банок.

Теперь познакомимся подробнее с техникой баночного массажа. Если вы решили делать баночный массаж спины, то укладываете клиента на кушетку в положении лежа на животе. Наносите массажное или обычное растительное масло на спину клиента так, чтобы его было не слишком мало, но в то же время, чтобы масло не стекало по телу. При этом вы должны знать, что оливковое масло из-за своей тугой консистенции не подходит для баночного массажа: банка плохо скользит по телу. Чтобы не получить после лечения осложнений в виде красных угрей у представителей «Питта»-типа, берите для массажа масла холодных тонов, например, кукурузное, соевое или кокосовое. Для больных же с конституцией «Капха» предпочтительны масла теплых тонов: подсолнечное, кунжутное. При этом воздействие будет более эффективным, если в их вы добавите эфирные и ароматические масла из расчета на 0,5 литра основы по 7-10 капель ароматических масел. Список ароматических масел, которые делаются из одноименных трав для представителей типов «Питта», «Капха» и «Вата», вы найдете в конце работы в виде таблицы.

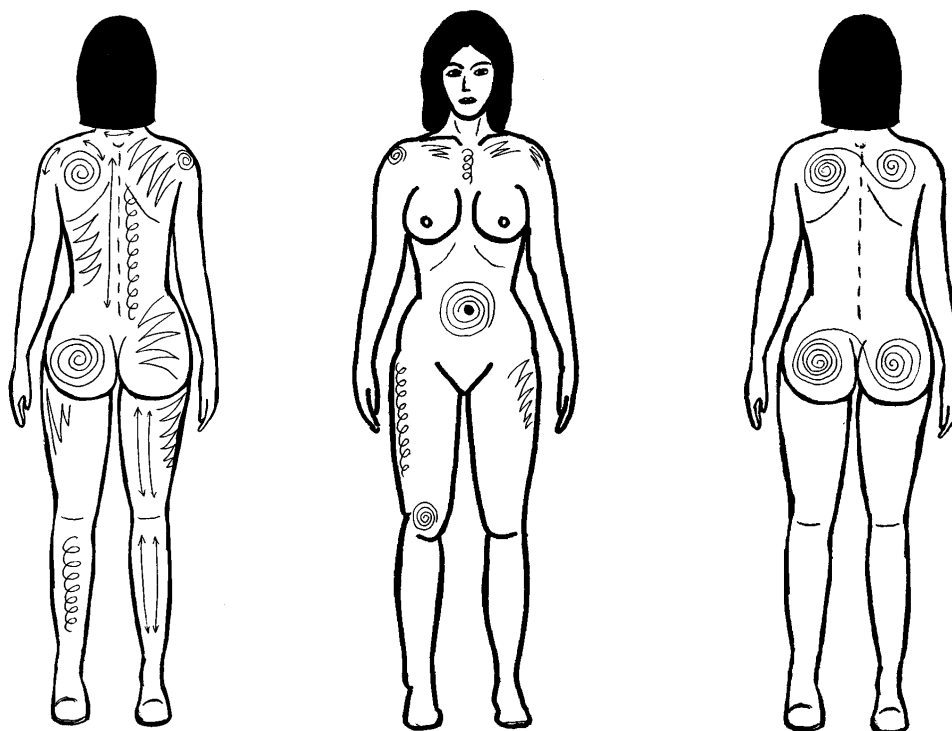


Рис. Техника баночного массажа спереди и сзади.

Для баночного массажа берётся банка под маркировкой В5 объемом в 40 мл. Не больше и не меньше: банки большего размера не удобны в использовании, а банки меньшего размера не эффективны в лечении (см. таб. Параметры банки для баночного массажа).

Маркировка	Количество	Объем в мл.	Внутренний диаметр в см.	Наружный диаметр в см.
В5	4	40	3,5	4,5

Таб. Параметры банки для баночного массажа

Из четырех банок этой марки вам для баночного массажа предстоит выбрать наиболее качественную. Хотя банки кажутся одинаковыми, но при баночном массаже проявляются их незаметные на первый взгляд недостатки: одна хуже скользит, другая плохо откачивается и прочее. Поэтому все 4 банки этого объема поочередно надо испытать на качество. Выбрав лучшую из четырех, промаркируйте её, чтобы она не потерялась среди других. Обычно это делают лаком для ногтей яркого цвета, закрашивают кончик клапана для снятия банки. Такую банку называют «Рабочей банкой», либо по восточному «Конём».

При баночном массаже вы должны стоять слева от клиента, банка для баночного массажа берется в левую руку, а насос в правую. Затем банка ставится на тело клиента, правой рукой с насосом вы откачиваете воздух из банки в полкачка и начинаете двигать банку вдоль позвоночника, затем обрабатываете лопатки круговыми

и поперечными движениями, потом переходите на реберные дуги и ягодицы. При этом помните: банка во время движения должна быть прижата к телу, а не оттягиваться вверх, что является часто встречающейся ошибкой начинающих специалистов. Второе: банка должна быть всё время в движении, нельзя по одному и тому же месту двигать банку несколько раз, так как это достаточно больно. Третье: когда вы обрабатываете грудную клетку, банка движется только по ходу реберной дуги. Иначе пациент будет испытывать боль, а процедура не будет иметь никакого лечебного эффекта.

После баночного массажа остаток масла вытирается полотенцем. После этого, если вы массажист, то приступаете к тому массажу, каким владеете, а затем ставите банки. А если вы не владеете методом массажа, то сразу можете ставить банки. Быстрые или длительные.

После окончания лечения банки сначала вытираются от масла, затем моются в мыльном растворе, ополаскиваются и кладутся на чистое полотенце для сушки.

Баночный массаж обычно делается через день. Курс лечения - 10, 15, 25 сеансов. Иногда прописывается поддерживающая профилактическая терапия один раз в неделю.

§ 3. Быстрые банки

Методика использования быстрых банок такова, что банки после постановки сразу снимаются своеобразным хлопком, здесь важна вибрация, которая уходит в глубь тела. При этом возможно, чтобы банки простояли на теле от 1 до 5 секунд. Это может служить подготовительным этапом перед предстоящим баночным массажем, так как характеризуется достаточно мягким и деликатным воздействием. Есть много специалистов, выбирающих этот неагрессивный способ воздействия для лечения детей старше 5 лет и стариков. Иногда такую методику используют, когда клиенту по тем или иным причинам нельзя оставлять синяки.

Глава 4

Статические банки

§ 1. Вакуум-терапия

Для вакуум-терапии обычно используются медицинские кушетки с отверстием для лица, так как долгое лежание головой набок может ухудшить состояние больного, если у него были проблемы с позвоночником шейного отдела. Поэтому лучше всего использовать профессиональную кушетку (см. рис. Медицинская кушетка). Но если вы делаете массаж дома, то может подойти и диван, и тахта и даже пол.



Рис. Медицинская кушетка

Положения больного

1. «Лежа на животе».
2. «Лежа на спине».
3. «Лежа на боку».
4. «Сидя».

Положение «лежа на животе» выбирается тогда, когда мы хотим лечить спину и задние поверхности ног, а также голеностопные суставы. Положение «лежа на спине» нам подойдёт в том случае, если предметом лечения являются область живота, грудная клетка и коленные суставы. Положение «лежа на боку» удобно для лечения тазобедренного и плечевого суставов. Положение «сидя» чаще всего выбирается при лечении плечевых и локтевых суставов, а также для вакуум-магнитотерапии.

Способы применения вакуум-терапии

1. Баночный массаж.
2. Вакуум-терапия (быстрая, длительная).
3. Вакуум-магнитотерапия.
4. Вакуум-рефлексотерапия.
5. Вакуум-аутогемотерапия.
6. Кровососные банки (Хиджама).
7. Репозиционная терапия.
8. Отвлекающая терапия.
9. Расслабляющая терапия (для подготовки к мануальной терапии).
10. Антицеллюлитная терапия.
11. Антистрессорная терапия.
12. Постановка пиявок.

§ 2. Вакуум-терапия при заболеваниях позвоночника.

При вакуум-терапии остеохондроза позвоночника надо помнить несколько правил. Банки вдоль позвоночника должны стоять таким образом, чтобы банки большего диаметра размещались на грудной части позвоночника и на ягодицах, а

банки меньшего размера по убывающей - на периферии и на крестце (см. рис. 1 Вакуум-терапия при заболеваниях позвоночника). При этом банки должны стоять симметрично по обеим сторонам позвоночного столба, а между банками должен оставаться зазор в палец толщиной.

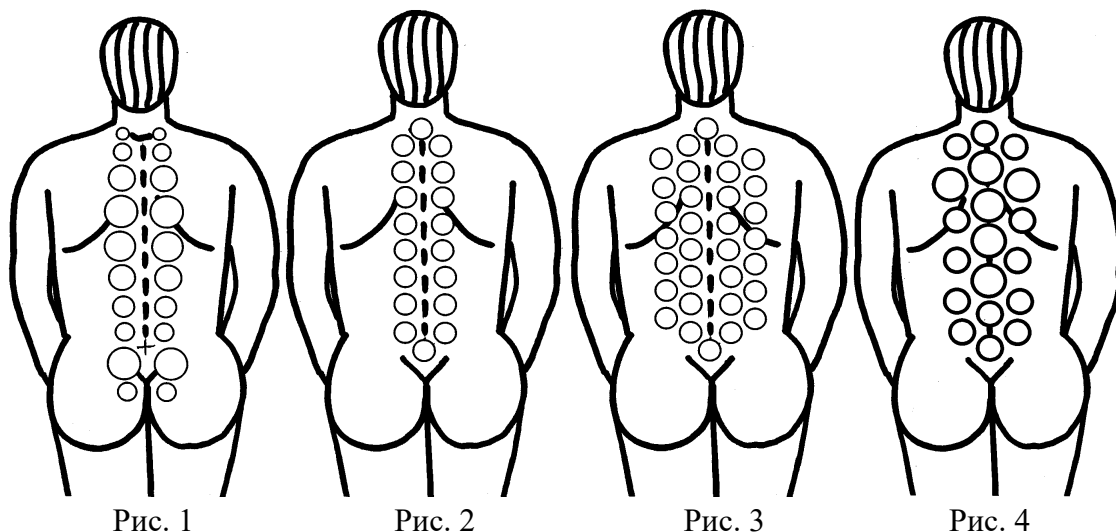


Рис. 1 - 4. Вакуум-терапия при заболеваниях позвоночника.

На первом сеансе поставьте банки, как показано на рисунке 1, через день поставьте банки по схеме, изображённой на рисунке 2. При этом верхняя одинокая банка ставится под С 7, или, проще говоря, под 7 шейным позвонком. Вы его легко найдёте: он всегда немного выступает над остальными. Нижняя одинокая банка ставится между L5 - S1, иначе говоря, между 5 поясничным позвонком и крестцом, он обозначен крестиком внизу на рисунке 1. При этом банки постарайтесь поставить между синяками, которые у вас получились после первого сеанса. На третьем сеансе поставьте банки по всей поверхности спины, симметрично. На четвертом сеансе, их можно расположить прямо по позвоночнику и возле него, что не возбраняется восточной медициной (см. рис. 4).



Фото 1



Фото 2



Фото 3



Фото 4



Фото 5



Фото 6

Фото 1 – 6. Вакуум-терапия при заболеваниях позвоночника.

На следующих сеансах можно детально обрабатывать больное или более проблематичное место в шейном, грудном или поясничном отделах. При этом надо помнить о силе качков и о времени стояния банок (см. таб. Вакуум-терапия по дошам). Нельзя забывать, что стоячие банки любят симметрию, где бы вы их ни ставили. Это связано с тем, что здоровье есть гармония, т. е. симметрия, а болезнь дисбаланс - асимметрия.

Посмотрите на предлагаемые фотографии и симметрию в них (см. фото Вакуум-терапия при заболеваниях позвоночника). На фото 1 показана постановка банок на первом сеансе. На фото 2 демонстрируется схема лечения остеохондроза позвоночника с усилением воздействия на шейный и верхнегрудной отделы. На фото 3 показывается постановка банок на 4-м сеансе, на фото 4 - лечение шейно-грудного отдела позвоночника. На фото 5 показано усиление лечебного воздействия в поясничном и крестцовом отделе позвоночника, причем первой ставится центральная банка между 5 поясничным позвонком и крестцом, затем ставятся 2 горизонтальные банки по бокам, потом 2 верхних и 2 нижних.

На фото 6 показаны синяки, образовавшиеся после первого, деликатного, сеанса. Иногда бывает так, что даже после первого сеанса, синяки чёрные. Это не должно приводить вас в ужас или вызвать панику. Насыщенность цвета синяков есть диагностический критерий. Считается, что чем они насыщеннее, тем в теле клиента больше застойных явлений. При этом вы не всегда можете контролировать эту ситуацию, так как качество синяков зависит от многих факторов, таких как застойные явления, ломкость сосудов, реологические свойства крови, состояние женщины перед критическим днями и прочее. Бывает так, что у клиентов с белой, чувствительной кожей после 2 - 4 сеансов вся спина представляется сплошным синяком, что тоже является нормой.

Ниже представлены рисунки, показывающие, как правильно ставить банки в различных отделах позвоночника (см. рис. 5 - 9 Правильная постановка банок на различных отделах позвоночника). На рис. 5 показано лечение шейного и

верхнегрудного отделов позвоночника, при этом такая постановка банок приводит к релаксации больного и имеет мощное антистрессорное воздействие, что всегда приводит к засыпанию пациента. На рис. 6 показано лечение шейного и грудного отделов позвоночника, а на рис. 7 - воздействие на грудной отдел позвоночника. Нижнегрудной и поясничные отделы лечатся, как показано на рис. 8, а поясничный с крестцовым отделом – по схеме, изображённой на рис. 9.

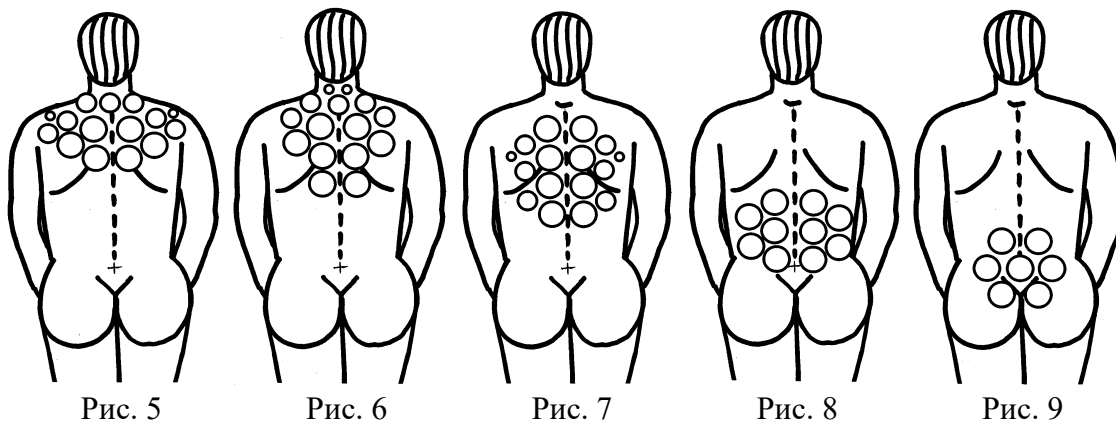


Рис. Правильная постановка банок в различных отделах позвоночника

§ 3. Вакуум-терапия заболеваний костно-суставной системы

Прежде чем поставить банки на суставы, вам необходимо, учитывая конституцию больного, нанести на сустав масло так, чтобы оно впиталось. На плечевые суставы банки ставятся при положении больного «сидя». При этом банки подбираются по объему с учётом телосложения пациента (см. фото 1 - 11 «Вакуум-терапия заболеваний костно-суставной системы»). На плечевой сустав две первые банки ставятся спереди и сзади сустава или суставов, третья - между ними на головку плечевого сустава и четвертая банка - на акромиальное сочленение. На фотографии передняя банка не видна (см. фото 1). На локтевые суставы ставятся две банки, первая снаружи, а вторая изнутри, внутренняя банка не видна (см. фото 2). Красные магниты в банках говорят о том, что клиентка является женщиной «Вата»-типа.



Фото 1



Фото 2



Фото 3



Фото 4

Фото 6

Фото 7

Фото 8

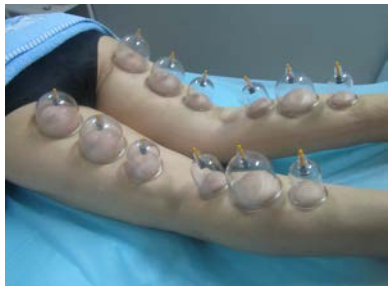


Фото 9

Фото 10

Фото 11

Фото 1 – 11. Вакуум-терапия заболеваний костно-суставной системы

На коленные суставы банки ставятся при положении больного «сидя» или «лежа на спине», при этом положении ему необходимо подложить под коленные суставы валик (см. фото 8). Банки располагают, исходя от сустава, при больших суставах вокруг располагают 6 банок, а при маленьких – возможна постановка только 2 - 5 (см. фото 3, 4, 8).

Тазобедренные суставы возможно лечить в положении больного «лежа на животе» или, если поражён только один сустав, в положении больного «лёжа на боку» (см. фото 7). Синие магниты говорят, что пациентка относится к женщинам «Питта» - типа.

При поражении лучезапястных суставов ставятся 1-2 банки малого размера с тыльной стороны кисти (см. фото 9), или пронизывающим способом, а при поражении мелких суставов кисти ставится 1 банка на ладони (см. фото 10).

При лечении голеностопных суставов клиент лежит на спине, под коленные суставы подкладывается валик, банки ставятся на внутреннюю и наружную поверхности сустава и одна, если позволяет сустав, спереди. При поражении мелких суставов стопы ставится одна или две банки прямо на подошву ноги, а при болях в пятках - на пяточную кость (см. фото 5). При этом больной должен лежать в положении «лёжа на животе», тогда валик подкладывается под голеностопные суставы.

При болях, застое и усталости в икроножных мышцах банки ставят так, как показано на фото 6, если же необходимо воздействовать на всю ногу, то это делают так, как показано на фото 11.

Идея книги, посвящённой методу вакуум-терапии в восточной медицине, возникла у нас десять лет тому назад, но работа над монографией «Тетрактис»²⁴ не позволила нам тогда приступить к осуществлению задуманного. Когда появилось время, для воплощения идеи не хватило вдохновения. Но Создатель не оставил нас: в течение месяца мысли легли на бумагу легко и просто, и мы получили огромное удовольствие от процесса и удовлетворение от результата.

На нашем сайте (www.Bai-Bal.ru) Вы можете наблюдать обновление по вакуумтерапии и получать практические советы. По e-mail (Bai-Bal@mail.ru) можно заблаговременно договориться о семинарах или курсах по вакуум-терапии, а так же заказать профессиональные банки и учебное пособие. Настоящие же мастера по вакуум-терапии возвращаются обучением в виде стажировки.

Вы просмотрели часть книги, для приобретения электронной или бумажной версии, свяжитесь по электронной почте: Bai-Bal@mail.ru

²⁴ Бай-Бал (Прокопьев П.П.). Тетрактис: монография. – Калининград: Изд-во БГАРФ, 2010.- 412 с.