

## Трактат древней тибетской медицины «Чжуд-ши».

Автор перевода ?

Что Вы можете рассказать о нем ?

**Основные принципы, заложенные в медицине «Чжуд-ши» ?**

---

Трактат состоит из четырех томов и кратко называется «Чжуд-ши», что означает «Четыре тантры» автора Юток Гонпо (полное - Ютог-ба Йондан-гонпо).



Братья Петр (Жамсаран) Бадмаев

1851-1920

Классический врач, он окончил военно-медицинскую академию, знал прекрасно и восточную, и европейскую медицину.



Александр (Сультим) Бадмаев

1827-1873

Основатель первой не только в России, но и в Европе аптеки тибетской традиционной медицины.

И на русский язык трактат первым перевел врач тибетской медицины Бадмаев Петр Александрович или Жамсаран (1851-1920 гг). Это выдающийся российский врач и ученый. крестник императора Александра III; лечил членов семьи Николая II и Григория Распутина; убеждал российских императоров включить в состав России Тибет, Монголию и Китай.

Знаменитый трактат «Чжуд-ши» — это не просто «справочник лечащего врача», хотя и является со второй половины XII века основным пособием тибетских врачей. Он полезен не только тем, кто лечит, но и тем, кто лечится, и особенно тем, кто собирается оставаться здоровым всю жизнь.

Повествование в трактате ведется от лица Будды Шакьямуни, вернее, его «медицинской ипостаси».

В «Чжуд-ши», так же как в большинстве восточных медицинских систем, первостепенное внимание уделяется вопросам профилактики заболеваний, а также проблемам сохранения и поддержания здоровья. Сохранить здоровье — это настоящее искусство, которому учит трактат «Чжуд-ши».

Тибетские врачи дают человеку множество советов и рекомендаций, которые помогут сохранить здоровье и предупредить развитие болезней. Все эти профилактические методы и наставления, касающиеся правильного образа жизни, основаны **на принципах индивидуального подхода к человеку**. Как утверждают тибетские лекари, любые изменения физического и психологического состояния человека происходят под влиянием различных факторов окружающей среды. Важно учитывать сезонное питание, выбор своих, индивидуальных методик оздоровления в зависимости от конституции, возраста, образа жизни и причин, вызывающих болезни.



Интересно как в «Чжуд-ши» тело человека сравнивается с архитектурными элементами дворца. Яркие сравнения позволяли лучше запомнить и точнее применять медицинские знания. Каждая строка этой главы может быть также темой для медитативно-

го размышления тибетского врача. Две бедренные кости — как фундамент стены. Позвоночник, как столбик из золотых монет. Аорта — как колонна, перед которой приносят жертвы. Грудина — как прямоугольная балка. 24 ребра — как стропила гладкие. Хрящи на концах ребер — как упоры стропил. Сосуды, жилы, сухожилия — доски потолочные. Мясо и кожа — штукатурка и покраска. Пара ключиц подобны карнизу. Лопатки напоминают углы строения. Голова — как башня на верхнем этаже. Отверстия органов — как раскрытые окна. Череп похож на купольную крышу. Теменное отверстие подобно дымоходу. Ухо — как голова Гаруды. Нос напоминает шпиль наверху здания, Волосы — как черепица мужская и женская. Руки висят, как шелковые украшения — балданы. Гаруда — сказочная птица, царь птиц. Изображением ее головы украшались концы стропил на углах крыши. Грудь и живот — как верхние и нижние двory. Диафрагма похожа на шелковый занавес. Сердце — царь, сидящий на троне. Пять матерей легкого — внутренние советники. Пять сыновей легкого — царские дети. Печень и селезенка — царицы старшая и младшая. Почки — советники внешние, богатыри, опора. Сам-сеул — хранилище для драгоценностей. Желудок — посуда для варки еды. Кишка тонкая и толстая — служанки цариц. Желчный пузырь — мешочек с приправами. Мочевой пузырь — сосуд с запасом воды. Ноги — как тораны или арки... и т.д.

Также интересно, что в отношении оценки здоровья человека 12-летние циклы имели большое значение. Сочетание года, стихии, окраски были важны для определения физических, эмоциональных и интеллектуальных циклов, установления совместимости супружеской жизни, а также цикличности изменений окружающей среды. В отличие от привычных нам представлений о сезонах, тибетская медицина различает пять сезонов года. Формируются они следующим образом. 360 дней года разделяются на 4 основных сезона: весну, лето, осень и зиму, каждый из которых насчитывает по 90 дней в среднем. В каждом из сезонов различают основной сезон, имеющий продолжительность 72 дня, и сезон промежуточный, насчитывающий 18 дней (межсезонье). В сумме четыре межсезонья по 18 дней составляют пятый сезон года продолжительностью в 72 дня. В разные периоды года человеческий организм функционирует по-разному.

И все это должен учитывать тибетский врач.