

Сигары буддийских лекарей

Тибетская медицина: здоровье тела и ума

Тибет – это место, овеянное множеством легенд, так же как и появившаяся там в V–VII веке нашей эры тибетская медицина. Эта, одна из древнейших в мире, оздоровительная система переживает сегодня взрыв популярности.

Узнать о тайнах буддийских врачей нам удалось у специалиста по тибетской медицине, официального представителя Буддийской традиционной сангхи России в Казани Гэбши Гармажаб ламы.

Мальчик для дацана

В один из казанских центров восточной медицины, где молодой лама ведет прием больных, посетители идут один за другим. Здесь очень жарко.

– После некоторых наших процедур, – поясняет Гармажаб лама, – нужно оставаться в тепле, чтобы не навредить...

Буддийский священнослужитель в своем темно-красном одеянии с желтыми вставками, со спокойной ровной речью и мягким взглядом, выглядит очень умиротворяюще.

– Нет, в этом я по улице не хожу, – улыбается лама, отвечая на вопрос о кашае, своей традиционной одежде. – Зачем людей смущать.

Гэбши Гармажаб лама родился в Бурятии и получил религиозное образование в буддийском университете в Улан-Удэ. Потом 7 лет в монастыре в Индии, в штате Карнатака, продолжал постигать глубины буддийской философии и изучал тибетскую медицину. Затем преподавал в своей альма-матер в столице Бурятии. Теперь он в Казани – в качестве постоянного ламы буддистской общины.

– Еще в детстве, – рассказывает священник, – когда я был совсем маленький, все бабушки и дедушки, дяди и тети говорили: «Мальчик в дацан пойдет!» Дацан – это буддийский монастырь. Так и получилось.

Четыре тантры

– В чем же суть тибетской медицины, которую Вы изучали? – интересуюсь я.

– Восточная, бурятская, тибетская медицины, – поясняет лама, – все это разные названия одного понятия. Чаще принято говорить о тибетской медицине, ведь практически все книги, на которых основана эта система оздоровления, написаны на тибетском языке. Например, основной трактат называется «Чжуд ши». «Чжуд» по-тибетски означает «тантра», «ши» – «четыре». «Четыре тантры», четыре раздела медицинских знаний. Первая тантра – краткое описание, обзор всего содержания книги. Вторая – изложение строения человека, того, как формируется человеческий эмбрион, от зачатия до рождения. В третьей тантре описываются, как протекают разные болезни, и как их нужно лечить. И в четвертой, заключительной тантре говорится о различных процедурах, объясняется траволечение: какое растение для чего полезно, что кардамон, например, хорош при болезнях почек, и так далее. Там же говорится о пользе минералов, о мумие и прочем.

Лекари Его Величества

Разговаривая с Гармажаб ламой, я узнаю, что тибетская медицина, зародившись в Индии и Китае, вобрала в себя знания докторов и других восточных народов.

– Основываясь на индийской аюрведе и некоторых китайских источниках, – рассказывает бурят, – трактат «Чжуд ши» испытал на себе влияние и Авиценны. А когда с распространением буддизма тибетская медицина шагнула в Монголию, там она обогатилась древними знаниями этого народа.

Поэтому в истории тибетской медицины есть знаменитые подвижники из монголов и бурят.

– Монгольский ученый Сумба-Хамбо Ешей-Бальчжор, живший в XVIII веке, – делится лама, – известен тем, что полностью адаптировал медицинскую практику востока для Монголии: перевел «Чжуд ши», нашел заменители индийских трав на своей родной территории. А бурятские ламы после него уже смогли внедрить все для Бурятии. Так появилась наша фармакопея. Из бурят был и Петр Бадмаев, который лечил царскую семью, являлся личным врачом Николая II, помогал цесаревичу Алексею, у которого, как известно, была гемофилия, и именно благодаря порошкам Бадмаева останавливалась кровь у младшего Романова. Но самый удивительный случай из врачебной практики бурятских лам – это история Хамбо ламы Иролтуева, которого у нас знают как выдающегося автора рецептурников. Дело в том, что при всех поразительных успехах тибетской медицины один раздел оставался неосвоенным. Речь идет о хирургических операциях, которые были запрещены в среде лам из-за ряда провалов... Но, по преданию, Иролтуев сумел пересадить легкие волка князю Михаилу Александровичу, брату Николая II!

Огонь по точкам

Знаменитые прижигания с помощью моксы (травяной сигары) по точкам вдоль позвоночника, как утверждает Гармажаб лама, тоже изобретение монголов.

– Моксотерапия, как теперь называют эту процедуру, – поясняет он, – очень помогает при болезнях холода...

– А что это за болезни? – недоумеваю я.

– В тибетской медицине принято делить болезни на два раздела. Первый – болезни жара, при которых в организме происходят какие-либо воспалительные процессы, часто сопровождающиеся острой болью или повышенной температурой. В таких случаях также лечили прижиганием, но уже контактным – разогретым золотым молоточком дробно по тем же точкам вдоль позвоночника. Но мы такое сейчас не практикуем. Второй раздел – болезни холода. Так у нас называют хронические процессы, происходящие в организме. Они сильно не беспокоят, но могут выражаться в каких-то ноющих болях, дискомфорте в спине и так далее. К этому типу относятся женские специфические болезни, проблемы с мужской потенцией. Ведь большинство болезней холода оседают в нижней части туловища... Вот при таких недугах применяют моксы. Сначала обрабатывают точки маслом – в первую очередь рядом с тибетским позвонком (это тот, что на шее выпирает сильнее всего, когда наклоняешь голову), также очень важны 2-й поясничный позвонок и копчик. Затем сигарой из полыни делают бесконтактное прижигание. Такой двухнедельный курс очень эффективен. Ведь и дым, которого бывает много при проведении этой процедуры, тоже производит терапевтический эффект – успокаивает, расслабляет.

Здоровье ума

Но все же, пожалуй, самым важным фактором здоровья для тибетских докторов является состояние ума человека.

– Причины всех заболеваний в умственных аффектах! – утверждает священнослужитель. – Желание, гнев и неведение – это три эмоциональных подсознательных мотивации, которые могут присутствовать в любом действии человека. А в аюрведе принято еще делить болезни по трем типам энергий, трем дошам – слизи, желчи и ветра. Ветер – движение, нервная деятельность, обмен газами, выделительная функция. Слизь – собственно все, где есть слизь: дыхательная система, а также опорная функция, ведь все суставы имеют внутрисуставную жидкость. И, наконец, желчь – болезни пищеварения. Считается, что, когда все три энергии находятся в гармонии, человек здоров. А нарушение гармонии кроется именно в тех умственных аффектах: ветер связан с желаниями, гнев – с желчью, а неведение – со слизью. И по типу болезни можно понять, что неправильно в мышлении. То есть, если ты критикуешь все, гневаешься, постоянно краснеешь от этого, естественно, все будет воспаляться. Если же ленишься, ничего не делаешь, не развиваешься – обростешь жирами. А если излишне много всего хочешь, в голове ветер, бегаешь, конечно, нервная система будет страдать! Ну а дисциплина ума и эмоций – путь к исцелению.

Роман УСАЧЕВ

ИНФО

Гармажаб лама

родился 18 июня 1985 года

Преподаватель буддийской философии, Эмчи лама (лекарь). Окончил буддийский университет «Даши Чойнхорлин» Иволгинского дацана в Бурятии, изучал буддийскую философию и тибетскую медицину в дацане Дрепунг Гоман в Южной Индии.

Имеет звание гэбшэ ламы – кандидата буддийской философии.