

з д о р о в ь е и к р а с о т а

ТЯНЬ-ШИ

*золотые рецепты
исцеления*



РИПОЛ
КЛАССИК
Москва, 2007

УДК 615.89
ББК 53.59
Т99

Т99 **Тянь-ши: Золотые рецепты исцеления.**— М.: РИПОЛ
классик, 2007.— 64 с.— (Здоровье и красота).

ISBN 978-5-7905-3301-3

В настоящее время все чаще говорят о пользе биологически активных добавок, об их роли в питании человека. В данном издании рассказывается о высококачественных продуктах корпорации «Тянь-ши», произведенных на основе старинных рецептов традиционной китайской медицины и являющихся эффективными профилактическими средствами против многих болезней.

УДК 615.89
ББК 53.59

ISBN 978-5-7905-3301-3

© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2007

Введение

Одной из главных способностей человека является его умение приспосабливаться к окружающему миру, из которого он получает необходимую ему информацию, энергию и вещества. От того, насколько эффективно производится обмен, напрямую зависит здоровье человека.

С середины прошлого столетия проблема сохранения здоровья человека считается одной из самых острых. Связано это с тем, что с развитием научно-технического прогресса значительно ухудшилась экологическая обстановка во всем мире. Следствием этого является химическое и радиационное заражение нашей планеты, появление техногенных электромагнитных полей и др.

В результате все живое страдает от ухудшения состояния окружающей среды: дышит загрязненным воздухом, пьет плохую воду и ест пищу, насыщенную вредными веществами. По мнению специалистов, человечество сегодня лишено здоровой питательной еды, так как естественной, экологически чистой, без минеральных добавок практически не существует. Искусственно выращиваемые растения подпитывают различными добавками для повышения урожайности, лучшего роста и развития, а животным вводят гормоны.

Вследствие этого усваиваемые из растений и мяса питательные вещества являются энергетически бесполезными. Вредные же веществ-

ва, накапливаясь в человеческом организме, снижают не только общее самочувствие, но и вызывают различные заболевания.

По данным медицинской статистики последних лет, бо́льшая часть населения планеты страдает от загрязнения организма. Поэтому во всем мире ученые работают над разрешением проблемы правильного питания и очищения организма. Для этого они углубили работу по изучению организма человека, его реакции на воздействие неблагоприятных факторов окружающей среды.

Немаловажное значение ученые отводят работе по открытию новых многофункциональных источников питания, обладающих полезными свойствами. Ведь для поддержания и восстановления здоровья необходимо правильное питание. Немаловажную роль в сбалансированном и здоровом рационе играют качественные пищевые БАДы (биологически активные добавки). Их используют не только для восполнения недостающих организму питательных веществ, но и в качестве общеукрепляющих, профилактических и даже лечебных средств.

Сегодня на потребительском рынке нет недостатка в подобных товарах, однако лишь некоторые из них соответствуют международным стандартам.

Среди последних особо выделяется продукция корпорации «Тянь-ши». Все выпускаемые ею препараты, созданные по древним ки-

тайским рецептам, тщательно сбалансированы, состоят из компонентов только природного происхождения, не содержат гормонов, консервантов и возбуждающих средств и оказывают многофункциональное комплексное воздействие на организм.

Глава 1

Традиционная китайская медицина, ее основные понятия

Самой древней в мире является китайская медицина, насчитывающая около 5000 лет. Она построена на основе своеобразной теоретической системы, проверенной многочисленными клиническими испытаниями. Ей нет равных среди всех известных методов сохранения здоровья. За много веков народ собрал уникальную, самую богатую во всем мире сокровищницу научных знаний в области медицины и фармацевтики.

В основе этой сложной концепции сохранения здоровья и долголетия лежит теория равновесия, единство противоположностей инь и ян, концепция пяти первоэлементов. Человек, как и все живое на Земле, подчиняется естественным законам рождения, роста, зрелости, старения, смерти. Поэтому только в гармонии с природой он способен прожить долгую и здоровую жизнь.

Учение об инь и ян

Мир состоит из единства противоположностей инь и ян, представляющих собой взаимодополняющие части одного целого. Это положительный и отрицательный элементы, без

которых ничто и никто не может существовать. Согласно традиционной китайской медицине, инь и ян отражают явления повседневной жизни. Например, ян — солнце, инь — луна; ян — день, инь — ночь; ян — небо, инь — земля. К ян относят верхнюю часть тела человека, спину, шесть полых органов, к инь — внутреннюю часть тела, живот, пять наполнительных органов, кровь.

Основу учения о единстве противоположностей инь-ян составляют следующие положения:

- наличие противоположностей;
- взаимозависимость;
- взаимное дополнение и ограничение;
- взаимное превращение.

Главный момент в концепции инь-ян — их гармоничное соотношение. В организме каждого человека присутствует женское начало — инь (покой, вода) и мужское начало — ян (энергия, огонь). Необходимо, чтобы эти силы находились в гармонии, тогда человек не заболевает. Изменение одной силы обязательно влечет за собой изменение другой. Нарушение гармонии инь-ян в организме человека приводит к какому-либо заболеванию.

Учение об инь и ян является основой традиционной медицины Китая. Его используют в терапии и клинической диагностике, а также для объяснения морфологии человеческого организма, физиологических функций различных органов.

Концепция пяти первоэлементов

Эти элементы представляют собой основные вещества, составляющие материю мира.

С помощью данной концепции древневосточные врачи доказали, что к пониманию микрокосмоса (человека с его сущностью) следует подходить целостно, неотрывно от макрокосмоса (окружающей природы), так как влияние их друг на друга неоспоримо.

Пять первоэлементов — Вода, Дерево, Огонь, Земля, Металл — содержат в себе свойства взаимопротивоположных и взаимосвязанных веществ.

Взаимопорождение пяти первоэлементов указывает на рождение и стимуляцию одного предмета другим. Например, Дерево порождает Огонь, который появляется, когда сгорает Дерево; Огонь порождает Землю: когда он гаснет, на месте костра остается Земля; Земля порождает Металл, который содержится в почве; Металл порождает Воду: плавясь, он приобретает жидкую структуру; Вода порождает Дерево: она необходима для его роста и развития.

Взаимоуничтожение пяти первоэлементов определяет торможение и ограничение одного предмета другим. Например, Дерево уничтожает Землю, так как оно произрастает из Земли; Земля уничтожает Воду, так как она впитывает ее; Вода уничтожает Огонь, так как она гасит его; Огонь уничтожает Металл, так как он, на-

греваясь, плавится; Металл уничтожает Дерево, так как с помощью металлических предметов можно срубить дерево.

Это самое первое и наиболее древнее представление о взаимопорождении и взаимоуничтожении пяти первоэлементов. По мере развития теория пяти элементов приобретала иной смысл и новое содержание.

Китайские ученые провели массу исследований, которые позволили обобщить теорию пяти первоэлементов и соотнести каждый элемент с определенным органом человеческого тела. Например, Дерево относится к печени и желчному пузырю, Огонь — к сердцу и тонкой кишке, Земля — к селезенке, желудку и поджелудочной железе, Металл — к легким и толстому кишечнику, Вода — к почкам.

Правильная работа селезенки способствует превращению пищи и воды в питательные вещества, питающие легкие. Повреждение печени отрицательно влияет на работу селезенки и т. д.

В табл. 1 показано, например, какое время года наиболее благоприятно для лечения того или иного заболевания, какими вкусовыми ощущениями следует руководствоваться для того, чтобы выбрать диету, какое эмоциональное состояние при этом необходимо поддерживать и т. д.

Человек взаимодействует с природой, совместно существует, размножается, умирает, как инь, ян и пять первоэлементов. Аналогичным

**Таблица 1. Пять первоэлементов и соответствующие
им первоосновы**

Первоосновы	Пять первоэлементов				
	Дерево	Огонь	Земля	Металл	Вода
Пять сезонов природы	Весна	Лето	Конец лета	Осень	Зима
Пять превращений	Рождение	Рост	Развитие	Накопление	Хранение
Пять отверстий («окоп»)	Глаза	Язык	Рот	Нос	Уши
Пять структур тела	Связки	Сосуды	Плоть (мышцы)	Кожа и волосы	Кости
Пять эмоций	Гнев	Радость	Задумчивость	Грусть	Страх
Пять цветов	Зеленый	Красный	Желтый	Белый	Черный
Пять вкусовых ощущений	Кислый	Горький	Сладкий	Острый	Соленый
Пять сторон света	Восток	Юг	Середина(центр)	Запад	Север
Пять явлений природы	Ветер	Жар	Влажность	Сухость	Холод
Пять выделений	Слезы	Пот	Слюна	Выделения из носа	Моча
Пять органов инь	Печень	Сердце	Селезенка	Легкие	Почки
Пять органов ян	Желчный пузырь	Тонкая кишка	Желудок	Толстая кишка	Мочевой пузырь