

Слетов Николай Викторович

**Курс массажа и врачебной
гимнастики**

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 82-3
ББК 84-4
Н63

Н63 **Николай Викторович С.**
Курс массажа и врачебной гимнастики / Слетов Николай Викторович – М.:
Книга по Требованию, 2025. – 204 с.

ISBN 978-5-519-73928-3

ISBN 978-5-519-73928-3

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2025

© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2025

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первозданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.

Исторія массажа.

Первыя упоминанія о возможности поддерживать здоровье и лѣчить болѣзни механическими приѣмами восходятъ къ доисторическимъ временамъ. Въ особенности сильнаго развитія достигъ массажъ въ древней Индіи и Китаѣ, гдѣ имъ занимались отчасти жрецы, отчасти настоящія механико-гимнастическія школы. До насъ дошли старинныя китайскія книги, которыя много трактуютъ о врачебной гимнастикѣ; такъ, напр., въ книгѣ «*Cong-Fou*», что значитъ «искусство человѣка», которая восходитъ къ 2698 г. до Р. Х., изложены лѣчебныя приемы, состоящіе изъ 3-хъ видовъ:

- 1) 1-я часть описываетъ различныя положенія тѣла,
- 2) 2-я часть указываетъ на искусство измѣнять эти позы
- и 3) послѣдняя объясняетъ, какимъ образомъ человѣкъ долженъ дышать во время этихъ упражненій.

Кромѣ того, въ ней говорится объ искривленіяхъ, уродствахъ, лѣченіи вывиховъ, легочной гимнастикѣ, указываются упражненія для головы, глазъ и даже языка.

Изъ болѣе позднихъ сочиненій по этому вопросу мы можемъ указать на энциклопедію *San-Tsai-Tou Hwei* въ 64 томахъ, вышедшую въ концѣ XVI в., въ которой имѣется коллекція гравюръ на деревѣ съ анатомическими фигурами и съ гимнастическими упражненіями; тамъ идетъ рѣчь о массажахъ, треніи, давленіи, поколачиваніи, вибраціи и о многихъ пассивныхъ движеніяхъ.

Съ незапамятныхъ временъ въ Китаѣ употреблялись гимнастическія упражненія для укрѣпленія мышцъ, ослабленныхъ отъ утомленія, для прекращенія судорогъ и ревматическихъ болей; китайцы же примѣняли врачебную гимнастику, вмѣсто кровопусканія, для устраненія полнокровія тѣхъ или иныхъ органовъ. Въ Индіи медицину изучали съ незапамятныхъ временъ. *Atharva Veda*, 4-я изъ священныхъ книгъ, заключаетъ въ себѣ медицинскій трактатъ *Ayur Veda*, гдѣ рекомендуются тѣлесныя упражне-

нія, растиранія и массажъ. Священная каста *браминовъ* была во всеобщемъ уваженіи, такъ какъ они могли врачевать тяжкіе недуги сверхъестественными средствами, къ числу которыхъ относился также и массажъ. За 1000 лѣтъ до Р. Х. въ книгѣ *Susruta* подробно говорится о треніи, давленіи и массажѣ при лѣченіи хроническаго ревматизма; тамъ описываются также пассивныя движенія и тѣлесныя упражненія, которымъ должны предшествовать тренія, разминанія, пощипыванія и методическія захватыванія мышцъ.

Въ наше время, по описаніямъ миссіонеровъ, во всѣхъ провинціяхъ Китая имѣются врачебно-гимнастическія школы, гдѣ врачи — *Tao-Tsee* — приобрѣтаютъ необходимыя познанія въ массажѣ и гимнастикѣ и куда изъ всѣхъ мѣстностей Китая стекаются массы больныхъ, которыхъ и пользуют механотерапіей; самая знаменитая школа находится въ *Kan-Tcheou-Fou*, директоръ которой имѣетъ титулъ «небеснаго врача». Д-ръ Lau въ своей книгѣ «*The Chinese, as they are*» описываетъ лѣченіе сколіозовъ у китайцевъ; способъ этотъ состоитъ въ опредѣленныхъ мышечныхъ упражненіяхъ, соединенныхъ съ глубокими и удлинненными выдохами для того, чтобы дыхательныя мышцы помогали длиннымъ мышцамъ, расположеннымъ вдоль позвоночника.

По словамъ *Осбека*, китайцы растираютъ руками все тѣло, нѣжно сдавливаютъ между пальцами мышцы, особымъ образомъ растягиваютъ суставы, такъ что является хрустѣніе, слышное на большомъ разстояніи. Люди, которые занимаются этой профессіей, не имѣютъ постояннаго мѣста жительства; они бродятъ по улицамъ, извѣщая жителей о своемъ приходѣ стукомъ особой цѣпочки и звономъ своихъ инструментовъ. Точно такъ же и въ Индіи теперь, по словамъ *Далли*, примѣняютъ массажъ, который тамъ называется *chamboning* (*Champrooing*) или *rubbing*; тамъ его дѣлаютъ обыкновенно послѣ бани. Кто хочетъ массироваться, ложится на длинномъ и низкомъ диванѣ, и операторъ расправляется съ его конечностями, какъ-будто онъ мѣситъ тѣсто; затѣмъ онъ слегка похлопываетъ лежащаго краемъ кисти, опрыскиваетъ его духами, растираетъ и заканчиваетъ движеніями всѣхъ суставовъ, заставляя ихъ хрустѣть, начиная съ сочлененій рукъ, ногъ и переходя даже на шею.

Кромѣ Индіи и Китая, массажъ былъ хорошо извѣстенъ и часто употреблялся въ Египтѣ; но, такъ какъ у египтянъ онъ употреблялся только въ баняхъ, то особаго врачебнаго развитія

онъ не приобрѣлъ. Принятое въ Египтѣ примѣненіе бань, мазей и растираній нашло себѣ подражателей и у другихъ древнихъ народовъ, между которыми особенно отличались своей ревностью *греки*; еще Гомеръ рассказываетъ, что Цирцея развлекала Одиссея въ банѣ, умащая его тѣло масломъ и натирая его мазями. Въ греческихъ палестрахъ и гимназіяхъ прилежно и правильно упражнялись въ массажѣ и гимнастикѣ. Въ то время, какъ умственное образованіе юношества было предоставлено родителямъ, общественныя гимназіи заботились о тѣлесномъ развитіи; потому что, съ точки зрѣнія общественнаго блага, самую важную цѣлью воспитанія было возрастить для государства поколѣніе, состоящее изъ сильныхъ, красивыхъ, смѣлыхъ и ловкихъ юношей.

Геродикосъ былъ первый изъ греческихъ врачей (передъ Пелопонезской войной), который заговорилъ о рациональномъ основаніи и физиологическомъ вліяніи гимнастики на организмъ; онъ самъ дѣлалъ тѣлесныя упражненія, массировался и прожилъ до 100 лѣтъ. Его ученикъ *Гиппократъ*, называемый отцомъ медицины, жилъ отъ 460—377 г. до Р. Х., съ увлеченіемъ говорить о массажно-гимнастическихъ манипуляціяхъ; его методъ лѣченія былъ основанъ на діететикѣ и упражненіяхъ тѣла; все сводилось къ правильному чередованію между работой, пищей и покоемъ; онъ говорилъ: «Природа излѣчиваетъ болѣзни; природа это хозяинъ, а врачъ ея управляющій»; онъ имѣлъ ясное представленіе о дѣйствіи массажа на больныя суставы и зналъ, что многія болѣзни исчезаютъ при его помощи. «Врачъ,—говорилъ Гиппократъ по поводу послѣдовательнаго лѣченія вывиховъ плеча,—долженъ быть опытенъ во многихъ вещахъ и, между прочимъ, въ массажѣ. Массажъ стягиваетъ сочлененіе свободное и размягчаетъ слишкомъ тугое; но мы опредѣлимъ правила массажа въ другомъ трактѣ». Книга эта, къ сожалѣнію, до насъ не дошла, и она должна пропасть для человѣчества и знанія, подобно множеству другихъ, отъ которыхъ дошли до насъ только названія. Въ одной изъ его книгъ приводится слѣдующая интересная исторія болѣзни: «Елисъ, жена садовника, заболѣла постоянною лихорадкой; несмотря на питье слабительныхъ лѣкарствъ, ей нисколько не стало легче. Въ животѣ у нея оказалось затвердѣніе ниже пупка, причинявшее сильныя боли. Это затвердѣніе стали сильно разминать руками, смазанными масломъ, и тотчасъ же послѣ этого обильно пошла низомъ кровь и женщина выздоровѣла». Несмотря на неопредѣленность

діагностики даннаго случая, а вельдствие этого и неизвѣстную сущность болѣзни, тѣмъ не менѣе этотъ разсказъ указываетъ на знакомство съ механическими приѣмами врачей того времени.

Насколько важное значеніе приписывалось тогда физическому состоянію организма, указываетъ изреченіе и доселѣ часто повторяемое: «*Mens sana in corpore sano*»; оно принадлежитъ *Демокриту* изъ Абдеры, жившему приблизительно за VI в. до Р. X.

Риму не трудно было заимствовать отъ покоренныхъ грековъ массажъ и врачебную гимнастику, такъ какъ греческіе художники, ученые и врачи, въ большомъ количествѣ перешли въ Римъ и перенесли съ собою свои знанія и искусства. Но здѣсь механическое лѣченіе не достигло тѣхъ размѣровъ, какъ въ Греціи, да и вскорѣ оно стало служить другимъ цѣлямъ: отчасти для приготовленія атлетовъ въ циркѣ, отчасти оно стало примѣняться рабами въ баняхъ, и, въ концѣ-концовъ, правильныя физическія упражненія грековъ пришли въ упадокъ.

Славнѣйшимъ и любимымъ изъ врачей того времени (1-й вѣкъ до Р. X.) былъ *Асклепиадъ*, благодаря простотѣ и пріятности его лѣченія; онъ предписывалъ своимъ больнымъ воздержаніе отъ пищи и питья, въ особенности вина, назначалъ имъ растиранія тѣла, активныя и пассивныя движенія; по мнѣнію *Плинія*—простота этого ученія и легкость примѣненія служатъ лучшимъ доказательствомъ его истинности; успѣхъ его лѣченія былъ такъ великъ, что на Асклепиада смотрѣли, какъ на посланника неба. Онъ различалъ массажи: сухой и съ масломъ, сильный и слабый.

Плутархъ разсказываетъ, что Цезарь ежедневно заставлялъ раба щипать ему тѣло для устраненія невралгій.

Цельзъ, извѣстный врачъ, жившій при Августѣ, уже зналъ, что сильныя головныя боли съ успѣхомъ лѣчатся массажемъ и что парализованные члены отъ тренія становятся теплѣе и сильнѣе.

Во времена *Адріана* массажъ процвѣталъ. Однажды, во время путешествія, этотъ императоръ замѣтилъ инвалида, который теръ свою спину о мраморную колонну открытой бани. «Зачѣмъ ты растираешь самъ себя?»—спросилъ императоръ. «Зачѣмъ, что у меня нѣтъ рабовъ, которые бы меня могли растирать». Адріанъ подарилъ ему 2 рабовъ и достаточную пенсію. На обратномъ пути императоръ увидалъ цѣлую толпу людей, которая терлась о колонны. Онъ предложилъ имъ такой же вопросъ, и

тѣ, въ надеждѣ на такое же рѣшеніе, отвѣчали точно такъ же, какъ инвалидъ. Но на этотъ разъ императоръ посовѣтовалъ имъ натираться другъ друга.

Клавдій Галенъ, врачъ школы гладіаторовъ въ Пергамѣ, жившій отъ 131 — 200 г. по Р. Х., установилъ 9 видовъ массажа; при желтухѣ онъ назначалъ теплыя ванны и массажъ. Онъ совѣтовалъ начинать тѣлесныя упражненія съ самыхъ легкихъ; растираніе должно быть вначалѣ нѣжно, потомъ сильнѣе и закончено опять мягкими приѣмами; самъ Галенъ до 30 лѣтъ былъ очень хилымъ человѣкомъ, но потомъ сталъ заниматься физическими упражненіями и очень отъ нихъ окрѣпъ.

Славянскія племена древней Руси, находясь въ суровыхъ условіяхъ своего климата, закаляли свое тѣло мытьемъ и пареньемъ въ баняхъ, производя само-массажъ, нахлестывая тѣло вѣтникомъ. Это хлестаніе, по мнѣнію Ардуэна (1815), есть то же сильное растираніе, которое такъ повышаетъ тонусъ ихъ кожи, что по выходѣ изъ бани они свободно выдерживаютъ самый суровый холодъ, даже безнаказанно окунаются въ холодную воду или катаются по снѣгу. Насколько этотъ способъ массажа имѣлъ значеніе потребности у славянскихъ племенъ, видно изъ указаний лѣтописи, что зачастую одно племя платило дань другому березовыми вѣтниками. Тамъ же, въ баняхъ производилось, такъ-называемое, «правленіе» живота и суставовъ, а также растираніе и давленіе спины и т. д., но все это, разумѣется, въ самой грубой и первобытной формѣ. Въ продолженіе тысячелѣтія эта форма массажа пребывала неизмѣнною и до сихъ поръ лежитъ въ потребностяхъ народа.

Набожное христіанство среднихъ вѣковъ повернулось спиною ко всѣмъ языческимъ учрежденіямъ Греціи и Рима; въ своемъ стремленіи къ аскетизму и умерщвленію плоти для спасенія души оно пренебрегало красотой тѣлесныхъ формъ и презирало его грацію; явилось стремленіе, по возможности, унижить внѣшнюю красоту, и въ этотъ мрачный періодъ нашей исторіи механическое лѣченіе болѣзней было почти забыто и оставалось въ рукахъ цырюльниковъ и шарлатановъ, которые, благодаря своей опытности и наблюдательности, часто стояли болѣе на медицинской почвѣ, чѣмъ врачи настоящіе, блуждавшіе въ дебряхъ алхиміи и въ бредняхъ о жизненномъ эликсирѣ и философскомъ камнѣ.

Только въ ближайшее время снова начинаютъ проявляться

проблески старыхъ взглядовъ и стараго ученія. Такъ, въ XVI столѣтїи мы встрѣчаемъ попытку Меркуріалиса собрать всю имѣющуюся по этому вопросу литературу въ его извѣстномъ сочиненіи «De arte gymnastica»; затѣмъ еще бѣльшимъ успѣхомъ пользовалась книга *Борелли* въ 1630 г. «De motu animalium», ставшая основой школы іатро-механиковъ, которая долго боролась со школой іатро-химиковъ, которую основалъ Парацельсъ. Великій Амбрузъ Паре (1517—1590) первый сдѣлалъ попытку отыскать для механотерапіи анатомическое и фізіологическое основаніе.

Но уже самый перечень этихъ великихъ именъ, раздѣленныхъ между собой цѣлыми столѣтіями разстоянія, указываетъ, какъ слаба была почва, на которой прозябало механическое ученіе, и какую малую опору имѣло оно въ массахъ; и долго, быть-можетъ, суждено было продолжаться такому порядку вещей, если бы цѣлый рядъ благопріятно сложившихся обстоятельствъ не ускорилъ теченія событій и не подвинулъ быстро дѣло массажа и гимнастики впередъ. Могущественнѣйшій толчокъ къ возрожденію механотерапіи, практиковавшейся древними греками и римлянами, далъ шведъ, не врачъ, творецъ современной гимнастики. Хотя его ученіе, распространившееся затѣмъ по Германіи и Англіи, дало потомъ немало дикихъ отпрысковъ, тѣмъ не менѣе его заслуги передъ человѣчествомъ такъ велики, что онъ стяжалъ себѣ вѣчную славу и имя творца «шведской» врачебной гимнастики. Его имя было Pehr Henrik Ling; онъ родился въ Ліунгѣ (Швеція) 15 ноября 1776 года; еще будучи въ Копенгагенскомъ университетѣ въ 1804 г., онъ пристрастился къ гимнастикѣ и фехтованію, изученіе которыхъ у него обратилось въ специальность, послѣ того какъ ему однажды удалось этимъ способомъ вылѣчить самого себя отъ сильныхъ ревматическихъ болей въ плечахъ; тогда у него мало-по-малу развилась мысль, что систематическія физическія упражненія могутъ оказывать благотворное вліяніе на тѣло и духъ человѣка, и что гармоническое развитіе отдѣльныхъ частей тѣла должно составлять основной элементъ народнаго воспитанія. Понимая хорошо, что только при научной подкладкѣ можно что-либо сдѣлать для этой цѣли, онъ сталъ усердно изучать анатомію и фізіологію. Какъ человѣкъ съ желѣзной волей, онъ сдѣлалъ чудеса въ своей специальности; чѣмъ больше встрѣчалъ онъ препятствій, чѣмъ болѣе приходилось ему бороться съ затрудненіями, тѣмъ силь-

нѣе всыхивала его энергія и удваивалось его рвеніе. Особенно много пришлось ему бороться съ предрасудками и невѣжествомъ высшихъ классовъ, при содѣйствіи которыхъ только и могли осуществиться его мечты; такъ, въ 1812 г. онъ обратился къ министру народнаго просвѣщенія съ цѣлью добиться отъ государства поддержки своимъ стремленіямъ; но ему отвѣтили: «У насъ и безъ того достаточно фигляровъ и канатныхъ плясуновъ; къ чему же еще навязывать государству новыхъ». Но Линга это не остановило; послѣ многочисленныхъ затрудненій и борьбы, ему удалось въ 1813 г. добиться королевскаго декрета объ устройствѣ въ Стокгольмѣ Центральнаго Гимнастическаго заведенія; въ этомъ институтѣ обучали молодыхъ людей, чтобы впослѣдствіи сдѣлать изъ нихъ учителей гимнастики въ арміи и въ школахъ; кромѣ того, хроническіе больные могли тамъ же пользоваться врачебной гимнастикой. Врачи вначалѣ были не особенно расположены къ новому способу лѣченія; но когда они воочію убѣдились въ безчисленныхъ исцѣленіяхъ отъ болѣзней, не поддававшихся другимъ методамъ, то должны были признать значеніе гимнастическаго способа; многіе изъ нихъ сдѣлались убѣжденными послѣдователями и усердными распространителями новаго ученія.

Недолго, однако, суждено было Лингу наслаждаться успѣхами, увѣщавшими его непреклонную настойчивость и стремленіе къ желанной цѣли: легочная чахотка, теченіе которой онъ сумѣлъ (?) замедлить, лѣчась по своему методу, прекратила его тяжелую и трудовую жизнь. Но идея, наполнявшая все его существованіе, не умерла, и теперь гимнастика въ Швеціи введена, какъ обязательный предметъ, во всѣ школы; учителями ея могутъ быть только окончившіе курсъ Центральнаго Гимнастическаго Института; особенно полезнымъ оказалось введеніе гимнастики въ начальныя школы, гдѣ подрастающій организмъ уже не могъ развивать свой умъ въ ущербъ здоровью; поэтому-то вопросъ о переутомленіи учащихся, такъ сильно пугающій нашихъ педагоговъ и родителей, въ Швеціи — не существуетъ, потому что тамъ всѣ помнятъ слова Линга: «Гармоническое развитіе органовъ человѣческаго тѣла есть основа воспитанія юношества и народа». Его заслуга состоитъ также въ подробной разработкѣ движеній съ сопротивленіемъ, въ особенности въ связи съ созданной имъ системой—«выходныхъ положеній», такъ какъ посредствомъ этихъ «положеній» можно весьма легко раз-

нообразить движенія мышцъ, усиливать, ослаблять, дѣлать ихъ общими или локализовать. Не далѣе какъ 40 лѣтъ тому назадъ *Адамсъ*, знаменитый хирургъ при ортопедическомъ институтѣ въ Лондонѣ, жаловался на то, что при лѣченіи искривленія позвоночника нѣтъ никакого толка въ томъ, что мы знаемъ, какія мышцы ослаблены, такъ какъ мы не въ состояніи укрѣплять ихъ безъ того, чтобы одновременно не укрѣпить ихъ антагонистовъ, что, конечно, поведетъ только къ ухудшенію болѣзни. Теперь такая жалоба неумѣстна, ибо при Лингвской системѣ выходныхъ положеній можно совершать такія движенія, которыя бы укрѣпляли одну группу мышцъ, не укрѣпляя ихъ антагонистовъ. Нельзя, впрочемъ, возносить Линга на тотъ чрезмѣрной высоты пьедесталь, какъ то дѣлаютъ шведы. Нужно замѣтить, что въ 1779 г. католическіе миссіонеры въ Пекинѣ (*Amiot* и *Hue*) перевели Конгъ-фу на европейскіе языки; этотъ переводъ обратилъ на себя большое вниманіе врачей и ученыхъ въ Европѣ, и нельзя допустить, чтобы Лингъ его не зналъ; тѣмъ болѣе, что всѣ безчисленныя формулы его движеній описаны въ китайской книгѣ, о которой, впрочемъ, Лингъ нигдѣ и ниразу не упоминаетъ: забывчивость, по меньшей мѣрѣ, странная; такъ что называть его «творцомъ метода» не можетъ никто, кто знаетъ, что это—копія методовъ, употреблявшихся много вѣковъ тому назадъ браминами въ Индіи, жрецами въ Египтѣ и бонзами въ Китаѣ.

Ученикамъ своимъ (*Branting*, *Georgii*, *Liedbeck* и др.) Лингъ оставилъ такую массу формулъ разнообразнѣйшихъ движеній, что потребовались годы, чтобы ихъ изучить, объяснить и ввести въ употребленіе. Это запутанная номенклатура, трудно заучиваемая и совершенно ненужная въ обыкновенной практикѣ, путаница, внесенная въ дѣло, само по себѣ простое, особенно послѣдователями Линга—все это затмило здоровое ядро ученія и создало ему многочисленныхъ противниковъ. Теперь мы всюду замѣчаемъ потребность упростить дѣло, и, когда это броженіе кончится, мишура спадаетъ, и здоровый плодъ станетъ общимъ достояніемъ всѣхъ врачей ко благу многихъ тысячъ больныхъ.

Какъ образчики «формулъ» Линга приведемъ слѣдующія: 1) «Если при застояхъ (*engorgement*) въ печати дѣлать дрожательное движеніе, одновременно съ давленіемъ подъ правыя ложныя ребра, расслабивши сперва мышцы живота соответственнымъ выходнымъ положеніемъ больного,—то мы получимъ уменьшеніе массы больного органа». 2) «Дрожательныя движенія подѣланныя

ложными ребрами, по направлѣнію снизу кверху и снаружи внутрь, дѣйствуютъ на мышечную оболочку желудка или уменьшаютъ выдѣленіе желудочныхъ соковъ».

«Хроническія носовыя кровотеченія, очень обильныя, проходили отъ дрожательныхъ движеній, приложенныхъ къ корню носа или отъ приподниманія вытянутыхъ рукъ надъ головою».

Большую неясность діагностики, такую туманность клинической картины мы можемъ встрѣтить только въ старинныхъ календаряхъ-альманахахъ, гдѣ пресерьезно описывалось составленіе домашнихъ лѣкарствъ «отъ опухоли», «отъ болей ногъ», «отъ болѣзни глазъ» и т. д.

Очень хорошую оцѣнку даетъ Лингу извѣстный фізіологъ Du Bois-Reymond: «О серьезной научной подкладкѣ системы Линга не можетъ быть и рѣчи. Стоитъ заглянуть въ его сочиненія, чтобы убѣдиться, что это отпрыскъ той злополучной натуръ-філософіи, которая такъ долго держала науку въ позорномъ рабствѣ. Только полуобразованному чековѣку, которому произвольныя построенія, бессодержательная символика, бесплодный схематизмъ, педантическая терминологія, два-три жалкихъ обрывка изъ анатоміи и фізіологіи, кажутся глубокимъ знаніемъ, — только тому можно такимъ образомъ импонировать. Кто знаетъ, каковы цѣли науки, тотъ съ большимъ усиліемъ принудить себя доискиваться цѣнныхъ единичныхъ фактовъ, которыхъ слѣдуетъ ожидать въ сочиненіи, гдѣ собраны наблюденія цѣлой жизни, наблюденія такого человѣка, какъ Лингъ, правда, полутемнаго энтузіаста, но всецѣло отдавашагося высокой цѣли. Но и здѣсь васъ ждутъ разочарованія: книга содержитъ лишь въ тривиально-догматической формѣ то, что всякій можетъ представить себѣ, исходя изъ извѣстныхъ посылокъ. Фізіологическаго отвѣта на основной вопросъ нечего и искать въ сочиненіяхъ Линга». Быть-можетъ, критика знаменитаго фізіолога и слишкомъ жестока, но хвастливыя рекламированія шведской гимнастики, какъ универсальнаго средства, помощью котораго нѣкоторые врачи излѣчивали будто бы все, даже тяжелыя легочныя и сердечныя болѣзни, нуждались въ цѣлительномъ бичеваніи.

Но, во всякомъ случаѣ, если даже лишить Линга званія создателя и изобрѣтателя механическаго лѣченія, все-таки за нимъ остается первенство человѣка, смогшаго своѣй колоссальной энергіей дать толчокъ въ извѣстномъ направленіи, обратить вниманіе ученаго и больного міра на ту отрасль медицины, которая,

будучи давно описанною, тѣмъ не менѣе ждала своей очереди практическаго примѣненія. Что всего удивительнѣе, то на своей родинѣ Швеціи—массажъ не достигъ большого развитія; онъ описывался какъ бы мимоходомъ, какъ видъ пассивныхъ движеній; и въ то время, когда гимнастика достигла тамъ высоты своего развитія, массажъ влечилъ жалкое существованіе; едва извѣстный врачамъ, онъ существовалъ только какъ народное средство; первый толчокъ къ ознакомленію съ нимъ врачей сдѣлалъ во Франціи Bonnet въ 1853 г., горячо рекомендовавшій его для лѣченія болѣзней суставовъ.

Но, несмотря на всѣ свои успѣхи, массажъ долго не дѣлался общимъ достояніемъ, чего онъ по праву заслуживалъ. Нужно было еще сдѣлать многое, чтобы онъ обратилъ на себя вниманіе выдающихся клиницистовъ, и это удалось знаменитому массажисту д-ру Мецгеру изъ Амстердама (род. въ г. Боннѣ),¹ который со своими учениками является истиннымъ основателемъ этого метода, разработавшимъ его на чисто научныхъ основаніяхъ и приведшимъ его въ строгую систему. Проводя послѣдовательно и настойчиво массажъ, изучая въ то же время его приемы, болѣзни, при которыхъ онъ приложимъ, освобождая методъ отъ бесполезныхъ манипуляцій, обременительныхъ для врача и изнурительныхъ для больного, Мецгеръ оказалъ услугу своимъ послѣдователямъ и способствовалъ болѣе, чѣмъ кто-либо, распространенію массажа. Мецгеръ создалъ школу, онъ приобрѣлъ себѣ извѣстность по всей Европѣ; что было необыкновеннаго въ его дѣятельности—это отсутствіе всего показнаго. Мецгеръ не имѣлъ никакого officialнаго положенія, его имя не произносилось въ ученыхъ обществахъ, онъ почти ничего не писалъ; больные приходили къ нему потому, что онъ ихъ вылѣчивалъ, ученики къ нему шли, чтобы научиться его изумительной технику и мочь самимъ лѣчить такъ, какъ онъ лѣчитъ; обученіе было только наглядное: учитель работалъ, ассистенты смотрѣли, чтобы мочь работать самимъ. Изъ учениковъ Мецгера достаточно указать на такія имена, какъ Berghmann, Helleday, Mosengeil, Norström и т. д.

Предубѣжденіе французскихъ врачей противъ массажа было разрушено, главнымъ образомъ, ихъ гениальнымъ невропатологомъ проф. Шарко, въ клиникѣ и частной практикѣ котораго массажъ назначался довольно часто.

Первый, кто сталъ въ Россіи заниматься врачебной гимна-