

Иван Дубровин

Секреты красивых рук

УДК 616-085
ББК 53.52
Д79

Дубровин, И.

Д79 Секреты красивых рук / И. Дубровин — М.: Т8 Издательские технологии / RUGRAM, 2020. — 202 с. — (Здоровая жизнь).

ISBN 978-5-521-75290-4

Ваши руки не знают покоя: постоянно стирают, моют, чистят, и поэтому подвергаются воздействию воды, холода, жары кислот и щелочей... Как в таких условиях помочь своим рукам сохранить красоту и здоровый вид? Перестать заниматься домашними делами, или просто относиться к ним с еще большим вниманием и заботой?

Если Вам по душе последний вариант, то лучшим помощником для Вас станет книга «Вашим рукам нужна забота», в которой до мелочей расписаны все тонкости правильного ухода за руками. Компрессы, массажи и ванночки, маникюр и лечебные обертывания — все процедуры Вы проведете грамотно и быстро, если воспользуетесь нашими рекомендациями.

BIC VFD
BISAC MED000000

ISBN 978-5-521-75290-4

© Т8 RUGRAM, оформление, 2020
© Т8 Издательские технологии, 2020

Введение

У англичан, несмотря на их поразительное чувство юмора, есть шутки не для того, чтобы посмеяться, а для того, чтобы подумать над ними. Обычно это переданные в форме анекдота житейские истории, которые, случись они у нас на глазах, были бы восприняты нами как весьма забавные и несуразные. Вот одна из таких, не очень смешных, но интересных историй.

Действие происходит в зале суда. Свидетельница – пожилая женщина – готова давать показания под присягой, и судья, соблюдая формальности, предлагает ей поклясться на Библии, положив на книгу правую руку. Женщина кладет на Писание левую руку.

– Извините, но вы ошиблись, – замечает судья. – Нужно положить на Библию правую руку.

– Я не ошиблась! – возражает свидетель. – Это и есть моя правая рука, потому что я левша.

Эта история выполнила свою работу, то есть заставила авторов настоящей книги задуматься о том, как много значат для человека его руки, и также о том, как часто мы об этом забываем. Человек беспокоится о своем здоровье и соблюдает всевозможные диеты. Человек заботится о своей фигуре и перегружает себя различными физическими упражнениями. Наконец, человек заботится о своем лице и накладывает на него тонны питательных и омолаживающих кремов. О руках же вспоминают в самую последнюю очередь. Это несправедливо. Вашим рукам нужна забота, и мы, авторы этой книги, попытаемся им помочь. Для того и написана настоящая книга.

Глава I

Ваши руки все скажут за вас

Во-первых, забудем устаревшее заблуждение, будто о каждом человеке можно судить исключительно по выражению и строению его лица. Лицо, конечно, играет довольно серьезную роль в том, чтобы как-то охарактеризовать людей, но, стремясь узнать о внутренних чертах человека по его лицу, вы можете легко ошибиться. Если не принимать в расчет глаз, которые якобы являются «зеркалом души», лицо человека может иметь непроницаемый вид и абсолютно ничего не рассказать о своем хозяине. А вот хитренькие ручки гораздо более «болтливы»: при должном внимании вы узнаете по рукам все о личных качествах любого человека.

Примера ради рассмотрим простейший случай, а именно – рукопожатие при встрече. Рукопожатие, оказывается, выдает главные секреты человека. Если вам протягивают руку для приветствия ладонью вверх, то знайте, что перед вами натура открытая, не привыкшая секретничать. Скрытный человек, эдакий насупившийся молчун, от которого можно без проблем узнать только время, – подает руку ладонью вниз. Ну а если человек подает руку ребром ладони вниз, то это уравновешенный, «нормальный» человек, в котором и скрытности, и откровенности в меру.

Руки способны рассказать о человеке и по активности его жестикуляции. Жестикулируют во время разговора, особенно оживленного, все люди без исключения. Слабая активность биотоков наблюдается даже в руках у неподвижно сидящих участников какого-нибудь съезда или конференции, когда они слушают выступающего. Легко возбуждаемых и активных натур выдает более активная жестикуляция. Человек севера более

хладнокровен, чем южанин. Русский, финн, англичанин почти никогда во время разговора не превысят количества жестов за 60 в минуту. А вот активные и горячие мексиканцы запросто справляются со 120 жестами в минуту.

На реакции рук на нервное раздражение основано действие детектора лжи. Великий русский физиолог И.М. Сеченов установил, что все мыслительные процессы человека сопровождаются мышечным движением, зачастую непроизвольным, и проявляются именно в мышечном движении, которое представляет собой конечный результат любой мозговой деятельности. По непроизвольным мышечным движениям человека в древности устанавливалась виновность человека в преступлении. Это происходило так: человеку, подозреваемому в совершении преступления, судья давал в руки птичье яйцо с тонкой скорлупой и объявлял всем, что если подозреваемый виновен, то боги заставят его раздавить яйцо. Вера во всемогущество богов была достаточно велика, чтобы вывести преступника из равновесия, и он непроизвольно сжимал яйцо сильнее. Результат – раздавленное яйцо и разоблачение.

Существовал и другой «суд богов», основанный так же на непроизвольном мышечном движении, или, как это еще называют, на идеомоторной реакции. Судья давал подозреваемому в руки палку и приказывал тихо ударять в гонг, чтобы слышно было только самому подозреваемому и судье, а остальному народу, присутствующему на суде, – нет. Пока человек ударял в гонг, судья говорил ему разные слова, среди которых были те, которые описывали совершенное преступление. У преступника срабатывала идеомоторная реакция на слово-раздражитель, и он сильнее ударял в гонг. Народ мог слышать, как боги звоном гонга обвиняли человека в преступлении.

Позднее идеомоторика стала хлебом насущным для шарлатанов всех мастей. Особой популярностью пользовались и продолжают пользоваться медиумы и «чтецы мыслей». Техника чтения мыслей предельно проста, она требует лишь предварительной усердной тренировки. Перципиент, «чтец мыслей», узнавал, о чем думал индуктор, находясь в контакте с ним, улавливая и тщательно продумывая каждое движение индуктора. Контакт осуществлялся посредством разных способов: индуктор должен был держать перципиента за руку, приложить руку перципиента к своему лбу или держаться вместе с перципиентом за одну палку или проволоку. Индуктор сосредотачивался на своих мыслях, а перципиент выполнял его мысленные приказы.

Особенно повезло медиумам. На спиритическом сеансе во время разговора с духом медиум использовал идеомоторные движения присутствующих, чтобы вызывать движения какого-либо предмета и через эти движения толковать ответы духа. Получалось так, что родственники или знакомые умершего сами отвечали на свои вопросы. Понятно, что ответы «духа» были порождены той информацией о покойном, которой располагали участники сеанса, а потому эти ответы никого не удивляли и спиритов никто не мог уличить во лжи.

Нет предела фантазии человеческой. Истории известен и другой род шарлатанов – хироманты. Хиромантия – это магическая наука о гадании по руке, точнее по ладони. Она впервые возникла в древнем Китае более 2000 лет назад, а потом распространилась по свету. В Древней Индии хиромантией было разрешено заниматься только людям, принадлежавшим к секте йоши. Хиромантия попала в Древнюю Грецию и Рим. Само слово «хиромантия» – древнегреческое, образовано от «кирос» («рука»). К услугам хиромантии прибегали Гален,

Пифагор, Сулла, Юлий Цезарь и другие выдающиеся личности.

Кожа ладони необычайно морщинистая, складчатая. На ладони обязательно присутствуют три складки – идущая параллельно II–V пальцам от мизинца (пятого пальца) «линия любви»; начинающаяся выше большого (первого) пальца и идущая вниз к запястью, словно отрезающая большой палец и территорию вокруг него «линия жизни» «линия жизни», идущая параллельно «линии любви» так называемая «линия ума». Остальные линии сугубо индивидуальны. Этот «рисунок» на ладони, а также причудливая ее форма (ладонь похожа на лодочку, откуда и название: ладя – ладонь) породили представления о том, что на ладони «написана вся жизнь» человека.

Но не стоит недооценивать значение хиромантии, ведь в древности она возникла как наука, на основе многолетних наблюдений. Тот факт, что сейчас хироманты стали шарлатанами, не дает нам права забывать древнюю науку. Современная наука вернулась к хиромантии, изучая дактилоскопический узор пальцев. Природа, как известно, ничего не делает зря, а тут вдруг расщедрилась и одарила всех людей, кроме монозиготных близнецов, различным рисунком на кончиках пальцев. В криминологии этот узор уже помогает, но может ли он пригодиться, скажем, медицине или психологии?

Оказывается, может. Ладонь, пальцы, дактилоскопический узор и многое другое, что только можно найти на руке, рассказывают специалистам о нарушениях обмена веществ, сердечно-сосудистых заболеваниях, психических расстройствах, особенностях роста, наличии врожденных дефектов и о многом другом. Всем этим занимается особая наука «о руках», точнее о считывании с них полезной информации, – дерматоглифика.

Впрочем, не нужно быть специалистом, чтобы понять по обкусанным ногтям, что перед вами нервный человек, или по мозолям – что их владелец занимается физическим трудом. Всем со школьных лет знакомо выражение Ф. Энгельса о том, что «рука не только орудие труда, но и продукт его». Предельно коротко и совершенно верно. Рука развилась в результате трудовой деятельности человека, а потому способна рассказать об образе жизни своего хозяина гораздо больше, чем он сам. Когда-то в Китае представители очень богатых сословий отращивали огромной длины ногти, которые показывали, что эти люди не занимаются физическим трудом.

Но по рукам можно не только определить, работает человек или нет, но и узнать, кем он работает. Один из самых поразительных примеров того, как неустанный труд приводит к специфическому изменению формы руки – это руки великого скрипача Никколо Паганини (1782–1840). Большой палец на его кисти доходил до середины указательного пальца. А теперь сложите ваши пальцы так, словно собираетесь аплодировать, и посмотрите на свой большой палец: он едва достигает указательного. Пальцы Паганини – результат постоянных упражнений, которые у этого гения начались еще в детском возрасте.

Что еще можно рассказать о руке такого же интересного? Очень много, гораздо легче перечислить то, что о руке рассказать нельзя. Руки вошли во многие народные поговорки и крылатые выражения. Мы в сердцах желаем человеку, «нечистому на руку»: «Чтоб у тебя руки отсохли!» когда клянемся в чем-либо, то делаем это, «положив руку на сердце» или даже давая «руку на отсечение».

Или очень уж нехорошего человека можем в сердцах назвать двурушником. А известно ли вам что-нибудь о происхождении такого странного слова? Оказывается,

слово это пришло в общий лексикон из жаргона нищих. Когда к церкви подъезжал богатый господин, нищие толпой окружали его, моля о милостыне. Не осмелясь грешить перед храмом господним, богач раскошеливался на попрошайек, каждому в руку вкладывая щедрую милостыню. Среди нищих были весьма предприимчивые люди, которые, сделавшись невидимыми в густой толпе собратьев, протягивали за милостыней сразу две руки и получали вдвое больше остальных. Таких «наглецов» честные сотоварищи и окрестили двурушниками. Сегодня первоначальное значение этого слова окончательно забыто равно как и была предана забвению любопытная традиция подношения подарков: когда-то, в незапамятные времена, правила приличия рекомендовали честный подарок давать правой рукой, а вот взятку – левой.

Ничуть не уступает этим занимательным сведениям другой любопытный факт о руках. Рука вошла в область ботаники – науки о растениях. Как так? Дело в том, что ладонь – по-латински «palm», и когда ученые искали название для обширной группы однодольных древесных растений, произрастающих в тропиках, то не нашли ничего лучше, чем назвать эти деревья по наиболее распространенной форме их листьев – пальмами.

История руки весьма интересна, она началась в дочеловеческое прошлое, и узнать эту историю нам помогли палеонтологи – ученые, которые заняты поиском и изучением ископаемых останков жизни минувших эпох. Выкапывая из земли окаменелости, эти люди спасают от разрушающего действия времени загадки истории жизни. Их знания уже давно помогали геологам искать полезные ископаемые, сейчас помогают экологам изучать историю древнейших катаклизмов и вымирания различных древних сообществ. Воспользуемся их знаниями и мы.

Первые отпечатки рук на нашей планете были обнаружены в слоях почвы возрастом 200 миллионов лет. Людей тогда на земле, насколько известно науке, не существовало. Неужели ученые ошиблись, и история человека началась одновременно с историей динозавров, а не 5 миллионов лет назад, как считалось ранее. Окаменелые кости существ, оставивших загадочные отпечатки, наука никак не могла обнаружить. Выдвигались различные версии, одна фантастичнее другой, например, что Землю тогда, в мезозойскую эру, посещали пришельцы – астронавты внеземной цивилизации. И все-таки науке удалось найти останки живых существ, которых к тому времени окрестили хиротериями. Точнее не самих хиротериев, но их ближайших родственников, которые оставляли похожие следы. Однако, пока сами хиротерии не найдены палеонтологами, споры о происхождении отпечатков рук не утихают.

Настоящие руки появились у лемуров, милых древесных зверьков, которых часто путают с обезьянами, хотя на самом деле лемуры не настоящие обезьяны, но полуобезьяны. Уже у лемуров замечена такая странная черта, как разделение рук на главную и второстепенную, причем среди лемуров есть как правши, так и левши. Поразительный феномен доминирования какой-то одной руки у приматов и человека до сих пор не получил удовлетворительного объяснения. Изучались различия в строении мозговых полушарий, проводились сравнительно-анатомические исследования мозга современного человека и его допотопных предков, но пока все попытки выяснить причину разделения людей на праворуких и леворуких, а особенно попытки объяснить существование амбидекстров – людей с одинаково хорошо развитыми правой и левой руками, остаются безрезультатными.