



Лама Йонтен Гиалтсо

Лекции по тибетской медицине

ЛЕКЦИЯ №7

Болезни головы

Центр «Джонангпа»

Москва, 2010г.

Болезни головы

Тиб **མགོ།** (го) - голова **ནད།** - (над) - болезнь

Возникновение головной боли свидетельствует о дисбалансе внутренних органов или всего тела. Необходимо думать о причинах возникновения боли и относиться к этому внимательно.

1. Причины **གྲུ།** [джу]

2. Классификация **དབྱེ་བ།** [йе-ва]

3. Симптомы **ནད་རྟགས།** [над-таг]

4. Лечение (терапия) **བཙོབ་ཐབས།** [чу-тхаб]

Причины - **གྲུ།** [джу]

- Головная боль может возникать при длительном нахождении в дыму, например, около костра. При нахождении возле источника тепла, такого как костер.
- В случае недосыпания, если затрачиваем энергии, переживание, много работы.
- Если мы вобрали в себя много холодного воздуха (горная болезнь).
- Если мы голодны.

Джонанг. Традиция тибетского буддизма www.jonangpa.ru

- При падении с высокого места (от сильного ушиба).
- При нехватке свежего воздуха.
- При длительном нахождении на солнце.

Классификация རྩེ་བ། [йе-ва]

- Расстройство «Ветра».
- Расстройство «Ветра и желчи».
- Расстройство «Желчи».
- Расстройство «Ветра» и «Слизи».
- Головная боль от кровяного давления.
- Головная боль от раковых опухолей (вредных бактерий и микроорганизмов).

Симптомы - རྩོད་རྒྱལ་ས། [над-таг]

- При длительном нахождении на солнце или около костра мы теряем аппетит и чувствуем тяжесть в голове, результат головная боль.
- Если мы употребляем алкоголь. В этом случае в теле повышается уровень желчи и слизи.

Лечение (терапия) བཙུམ་ཐུབ་ས། [чу-тхаб]

1. Утром через 30 минут после завтрака принимается 6 таблеток

རིལ་དཀར་པད་སྒོར་རིལ་སྤྱ། Рил Кар Пад Дон Рил Бу

2. Во время обеда 4 таблетки через 30 минут после еды растолочь их и запить теплой кипяченой водой

གསེར་ཉིག་རིལ་སྤྱ། - Сер Диг Лер Бу

3. Вечером 3 таблетки через 30 минут после еды растолочь их и запить теплой кипяченой водой

གསེར་མདོག་བཅུ་གཅིག་རིལ་སྤྱ། - Сер Дог Чу Циг Лер Бу

4. Посередине между завтраком и обедом необходимо принять лекарство, заливаемое кипяченой водой

མ་རྩ་བཞི་ཐང་། - ма ну ньи тхан

или མགོ་ཐང་གསུམ་པ། - мго тхан сом па

I. Расстройство «Ветра»

Причины ལྷོ [джу]

- При дисбалансе «ветра», возникает дисбаланс «желчи» и затем «слизи»;
- Нарушение кровообращения;

- Высокая температура, жар;
- Сон в дневное время;
- Сильное мочеиспускание (большой напор, если опаздываете);
- Печаль, расстройства, возникновение гнева;
- Низходящий «Ветер» поднимается вверх тела и накапливается в голове;
- Раковая опухоль в голове;
- Слишком активный образ жизни, каналы не наполняются энергией, возникает очень много «ветра» в теле.
- Много думаем и разговариваем, мало спим.

Симптомы རྩོད་རྟོག་སྒྲུབ་པ། [над-таг]

- Боль возникает в разных участках головы, перемещается.
- Головокружение.
- Учащенное сердцебиение.
- Очень слабый пульс (пустой).
- Моча голубоватого оттенка.

Лечение བཅོམ་ཐབས་པ། [чу-тхаб]

- Необходимо расслабить свой ум, мало думать. Хорошо думать о приятном.

Лекарства - ལྷན་ལྷན་ (МЭН)

ལུག་ལྷན་རིལ་བུ། - Луг Лед Рильбу

བདུད་རྩི་བཟུ་གཅིག། - бДуд Ци Чу Чиг

ཨ་གར་ཉི་ཤུ། - А Гар Нье Шу

II. Расстройство «Ветра и желчи».

Причины - ལྷན་ལྷན་

- В случае если мы не понимаем причины головной боли.
- Эта боль не связана с теплом и холодом в теле, она связана с голодом.

Симптомы - རྩི་རྩི་གཅིག།

- В висках чувствуется пульсирующая боль;
- Головная боль присутствует в лобной части и в висках;
- По утрам чаще наблюдаются такие симптомы, вечером боль становится меньше.

Лечение - བཙུན་ཉིག་རིལ་བྱ།

- Утром 6 таблеток за 30 минут до завтрака запить теплой кипяченой водой

བཙུན་ཉིག་རིལ་བྱ། - Дуд Диг Рил Бу

- В обед 6 таблеток после приема пищи через 30 минут запить теплой кипяченой водой

གསེར་ཉིག་རིལ་བྱ། - Сер Диг Рил Бу

- Вечером 4 таблетки после приема пищи через 30 минут запить теплой кипяченой водой

ཨ་གར་སོ་ལྗ། - А Гэр Со Нья

III. Расстройство «Желчи».

Причины- ལྷོ་བྱུ་

- Боль в низу живота из-за жара (если находиться долго на солнце);
- Употребление большого количества сливочного и растительного масла, если употреблять в пищу масло второй раз;
- Чрезмерное употребление сильных спиртных напитков;
- Активная половая жизнь.

Симптомы- རྡོ་རློབ་སྤྲོད་པའི་སྤྱི་བཤུན་ལྟ་སྟངས།

- Боль в голове.
- Соленый вкус во рту.
- Тошнота. Рвота. Потеря аппетита.

Лечение - བཅོམ་ཐབས།

- Не употреблять в пищу растительное масло и жиры.
- Вести размеренный образ жизни, размеренная половая жизнь.
- Не перегреваться на солнце.

Лекарства ལྷན་པ།

གསེར་མདོག་བཅུ་གཅིག་ - Сер Дог Чу Чиг

གི་ཏིག་ - Ги Ти(ы)к

ཏིག་ཏ་བརྒྱད་པ་ - Тиг Та Джаб Па

རིལ་དཀར་པད་ལྗོང་། - Рил Кар Пад Дон

ཐང་ཆེན་ཉེར་ལྷ། - Тхан Чен Ньер На

གསེར་ཉིག། - Сер Тхиг

IV. Расстройство «Ветра» и «Слизи»

Причины - ལྷོ

- Если увеличивается «слизь», возрастает холодная энергия и 7 компонентов тела приходят в расстройство (хилус, кровь, мышечная ткань, жировая ткань, кости, костный мозг, репродуктивная жидкости).
Потеря энергии.
- Нет энергии кушать (нет энергии от потребления пищи)
- Кровотечение из носа, несворачиваемость крови.

Симптомы - རྩ་རྒྱུ་ལྷོ

- Головокружение. Затемнение в глазах, вялость в уме.
- Тяжесть в теле и в голове.
- В сердце не хватает энергии и силы.
- Зубная боль.
- Потеря вкуса пищи.

Джонанг. Традиция тибетского буддизма www.jonangpa.ru

- Боль в глазах.
- Если продует ухо, от резкого звука.
- Бледное лицо. Сухая кожа.

Лечение (терапия)- བཅོས་ཐབས།

- Утром 1 таблетку за 30 минут до завтрака запить теплой кипяченой водой

ཤིང་ཀུན་བརྒྱན་པ་རིལ་སྤྱ། - Шин Кун Джед Па Рил Бу

- В обед 7 таблеток после приема пищи через 30 минут запить теплой кипяченой водой

རིལ་དཀར་པད་ལྗོང་རིལ་སྤྱ། - Рил Кэр пДа

- Вечером 7 таблеток после приема пищи через 30 минут запить теплой кипяченой водой

Лекарства ལྷན།

བབྱད་རྩི་བཅུ་གཅིག་རིལ་སྤྱ།- Дуд Джи Чу Чиг Рил Бу

ལུག་ལྷན་རིལ་བུ། - Луг Лед Рильбу

བདུད་རྩི་བཅུ་གཅིག། - бДуд Ци Чу Чиг

བརྒྱན་ལྗ། - джад ня

ཐང་ཆེན་ཉེར་ལྗ། -Тхан Чен Ньер На

V. Головная боль от кровяного давления

Причины - ལྷོ

- Возникает при повышенном давлении.
- Нечистая кровь.
- Употреблять много черного чая и кофе, чрезмерное употребление алкоголя.
- Употребление очень жирной пищи
- Когда много думаем, много мыслей (возникает повышение давления)
- Много спорта, слишком активная жизнь
- В высокогорных местах, когда очень холодно.

Симптомы - རྩོད་རྟོགས།

- Головокружение, головная боль, тяжесть в голове.
Ощущение, что голова становится все больше.
- Боль в затылке.
- Затруднительное движение рук и ног.
- Глаза нечетко различают объекты. Красные глаза.
- Увеличение давления при высокой температуре (долго на солнце или у костра).

Лекарства རྩལ་བ།

ཚུར་ཅུ་ཉེར་ལྗ། чу ру ньяер нья

ཙན་དན་བཙེ་བརྒྱན། цан дан чо бДжад

ལྷ་ལེད། ла мед

VI. Головная боль от раковых опухолей (вредных бактерий и микроорганизмов)

Причины - རྩུག་པོ་

- Есть сырое мясо овцы.
- Если мы заболели этой болезнью, то употребление в пищу лука и чеснока усугубляет эту болезнь. Деятельность бактерий увеличивается, головная боль при этом усиливается.
- Зимой если сильный ветер, тоже увеличивает деятельность вредоносных бактерий, боль усиливается.
- Излишняя половая активность, приводит к увеличению бактерий.

Симптомы - རྩུག་པོ་ལྟོས་པའི་སྤྱི་བལ་

- При этом болит голова, лицо, боль переходящая (одна часть лица болит, другая не болит)
- Болит лобовая часть головы,
- Боль в нёбе, боль в корне зуба.
- Колющая боль в голове (как от иглы, резкая)

Джонанг. Традиция тибетского буддизма www.jonangpa.ru

- При сильной невыносимой боли, люди бьются головой об стену.
- Появляются галлюцинации.
- Сопли красного цвета (с кровью).
- От активности этих бактерий возникает пульсация в каналах.
- Зубная боль – это тоже болезнь от вредоносных бактерий.

Лечение (терапия)- བཙུག་པོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

Ячмень кладут в холодное место, затем на него плюют, если есть бактерии, он меняет цвет.

- Если он красного цвета, то бактерии белого цвета.
- Если ячмень, становится черного цвета, то бактерии черного цвета.

*Лекции по тибетской медицине были прочитаны
Досточтимым Ламой Йонтемом Гиалтсо
в центре «Джонангпа» (г. Москва)
зимой-весной 2010 года*

Издание центра «Джонангпа»

(с) лама Йонтен Гиалтсо, 2010