

# Трансформация Ци 4

## Краткое содержание

**Изначальная Ци (Юань Ци) как движущая сила трансформации Ци**

**Огонь Врат Жизни (Мин Мэнь) как источник тепла для трансформации Ци**

**Динамика и физиология трансформации Ци**

*Механизм Ци*

- подъем-опускание Ци
- течение Ци наружу-внутри

*Желудок и Селезенка как центральная ось*

*Печень и Легкие как обод колеса*

*Сердце и Почки как корень*

**Трансформация Ци Тройным Обогревателем**

**Патология трансформации Ци**

*Желудок и Селезенка*

*Печень и Легкие*

*Сердце и Почки*

Физиология человека основана на трансформации Ци. Как мы уже видели, Ци может принимать различные формы в зависимости от своего агрегатного состояния, и в этом движущая сила всех физиологических процессов. В процессе трансформации Ци может принимать различные формы: она меняется, движется, конденсируется и рассеивается. Эту функциональную активность называют трансформацией Ци, так как постоянная трансформация и преобразование являются сутью физиологии Ци.

В плотном состоянии Ци формирует материальное тело и становится Инь по природе. В рассеянной форме Ци двигается и трансформируется и в таком случае относится к Ян. Эти две стороны Ци – Инь и Ян – основа человеческой физиологии. Если Ци трансформируется правильным образом, имеют место движение, рождение, рост и размножение.

Если Ци в состоянии расцвета – человек здоров, если она слаба – возникает болезнь, если

сбалансирована – покой, если баланс нарушен – снова болезнь. Таким образом, трансформация и правильное направление течения Ци являются основой для движения Крови, преобразования Эссенции, движения, переработки и выведения Жидкостей тела, переваривания пищи, абсорбции питательных веществ, выведения отходов, увлажнения сухожилий и костей, увлажнения кожи и противостояния наружным патогенным факторам.

В широком смысле трансформация Ци включает все физиологические процессы и движения Ци; в узком смысле это обозначает преобразование Ци Тройным Обогревателем.

В главе, посвященной трансформации Ци, будут освещены следующие направления:

- Изначальная Ци (Юань Ци) как движущая сила трансформации Ци
- Огонь Врат Жизни (Мин Мэнь) как источник тепла для трансформации Ци
- Динамика и физиология трансформации Ци
  - Механизм Ци
    - подъем-опускание Ци
    - течение Ци наружу-внутри
  - Желудок и Селезенка как центральная ось
  - Печень и Легкие как обод колеса
  - Сердце и Почки как корень
- Трансформация Ци Тройным Обогревателем
- Патология трансформации Ци
  - Желудок и Селезенка
  - Печень и Легкие
  - Сердце и Почки

## ИЗНАЧАЛЬНАЯ ЦИ КАК ДВИЖУЩАЯ СИЛА ТРАНСФОРМАЦИИ ЦИ

О «Движущей Силе» говорится в 66-й главе «Канона о Трудностях». Движущая Сила трансформации

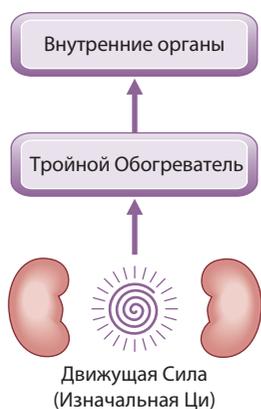


Рисунок 4.1 Движущая Сила и Тройной Обогреватель

Ци зарождается в пространстве между Почками, и это еще одно название Изначальной Ци (Юань Ци).

Как уже было сказано в 3-й главе, Изначальная Ци тесно связана с Эссенцией (Цзин), хранящейся в Почках, и она играет важную роль в качестве движущей силы трансформации Ци во всех видах физиологической активности. Например, как упомянуто в 3-й главе, она осуществляет преобразование Смешанной Ци (Цзун Ци) в Истинную Ци (Чжэнь Ци), помогает трансформации Ци Пищи (Лу Ци) в Кровь, является основой всей физиологической активности Почек и т. д. И хотя она и связана с Почками, она отличается от Эссенции (Цзин), так как по сравнению с ней это более разреженная форма: она циркулирует в каналах и всплывает в точках-источниках (точки Юань).

Изначальную Ци можно рассматривать как динамичную движущую силу, которая находится в основе всех движений и трансформаций в каждой части тела. В 66-й главе «Канона о Трудностях» сказано о связи Изначальной Ци (в этой главе ее называют «Дун Ци» – Движущая Сила) с Тройным Обогревателем. Там сказано: «Изначальная Ци является движущей силой, расположенной между двумя Почками, она является источником жизни и корнем 12 каналов. Тройной Обогреватель определяет видоизменения Изначальной Ци [для различных применений по всему телу]; Изначальная Ци проходит через Три Обогревателя и затем распределяется по пяти органам Инь, шести органам Ян и их каналам. Место, где



Рисунок 4.2 Изначальная Ци и Тройной Обогреватель

Изначальная Ци останавливается, – это точки-источники (Юань)» [1] (Рис. 4.1 и 4.2).

Другие авторы, переведившие этот фрагмент, говорят, что Тройной Обогреватель является специальным посланцем, который переносит Изначальную Ци [2]. Я принял перевод Клэви: «Тройной Обогреватель определяет видоизменения Изначальной Ци для различных применений по всему телу» [3]. Если следовать такому переводу, то Тройной Обогреватель играет очень важную роль в обеспечении способности Изначальной Ци к трансформации в различных частях тела в различные формы.



#### Клиническая заметка

Изначальная Ци может быть тонизирована при помощи KI-3 Тай-си в сочетании с DU-4 Мин-мэнь или REN-4 Гуань-юань.

В боксе 4.1 приведены сведения об Изначальной Ци как движущей силе трансформации Ци.

#### Бокс 4.1 Изначальная Ци как движущая сила трансформации Ци

- Изначальная Ци (Юань Ци) – движущая сила, расположенная между Почками (гл. 66 «Канона о Трудностях» – «Нань Цзин»)
- Изначальная Ци – динамическая сила, порождающая все движения и трансформации Ци во всех частях тела
- Тройной Обогреватель позволяет Изначальной Ци, зарождающейся между Почками, видоизменяться для выполнения различных функций по всему телу

## ОГОНЬ ВРАТ ЖИЗНИ КАК ИСТОЧНИК ТЕПЛА ДЛЯ ТРАНСФОРМАЦИИ ЦИ

Движущая сила, расположенная в пространстве между Почками, связана с Изначальной Ци, но кроме того она относится и к Огню Врат Жизни (Мин Мэнь), он же – Огонь-Министр. Чжан Цзинъюэ (1563–1640 гг.) говорил: «Огонь Врат Жизни – это Море Эссенции и Крови, Желудок и Селезенка – это Море Пищи и Воды: вместе они – корень пяти органов Инь и шести органов Ян. Огонь Врат Жизни – это корень Изначальной Ци» [4] (рис. 4.3).



Рисунок 4.3 Огонь Врат Жизни (Мин Мэнь)

Огонь Врат Жизни еще называют «Огнем-Министром», он же является корнем Пред-Небесной Ци, источником Пост-Небесной Ци и основой Изначальной Ци (рис. 4.4). Почки часто называют «корнем Пред-Небесной Ци» по двум причинам:

1. Почки хранят Эссенцию (включая Пред-Небесную и Пост-Небесную Эссенцию), которая является основной биологической субстанцией живого
2. Почки содержат Огонь Врат Жизни, который является движущей силой трансформации и передвижения

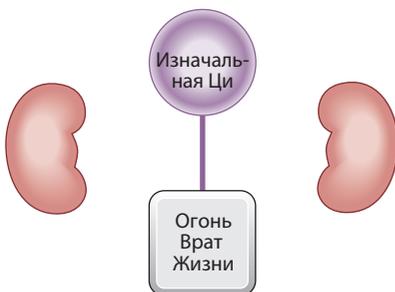


Рисунок 4.4 Огонь Врат Жизни и Изначальная Ци

В 36-й главе «Канона о Трудностях» сказано: «Каждый орган Инь одиночный, только почки являются парными. В чем причина? Не обе почки являются почками. Левая почка – это [собственно] почка, а правая почка – это Врата Жизни (Мин Мэнь). Врата Жизни – ложе Разума, Духа и Эссенции и место, к которому привязана Изначальная Ци. У мужчин Мин Мэнь хранит Эссенцию (сперму); у женщин – Матку» [5] (Рис. 4.5).

Следует отметить, что в данном отрывке отражено положение, согласно которому правая почка идентифицируется с Огнем Врат Жизни; таким образом, правая почка относится к Ян, а левая – к Инь. Это же положение отражено и в пульсовой диагностике: большинство врачей считают, что Ян Почек отражается на правой Задней позиции исследования пульса, а Инь – на левой. Но есть и другой взгляд, согласно которому Огонь Врат жизни располагается в пространстве между Почками и не относится к какой либо из Почек. Это отражено в локализации точки DU-4 Минмэнь, само название которой означает Огонь Врат Жизни.

Эссенция и Огонь Врат Жизни являются еще одним примером полярности Инь и Ян и их взаимозависимости. Огонь Врат Жизни обеспечивает способность Эссенции быть основной, фундаментальной биологической субстанцией для всех процессов; Эссенция позволяет Огню Врат Жизни быть движущей силой и обеспечивать жаром, который трансформирует и переносит все физиологические субстанции и необходим для трансформации Ци. Без Огня Врат Жизни Эссенция будет холодной, неподвижной субстанцией, не способной питать жизнь (см. рис. 4.5; см. также рис. 3.3. и 3.4).

Взаимоотношения между Эссенцией и Огнем Врат Жизни отражены выражениями «Ци преобразуется в Эссенцию» и «Эссенция преобразуется в Ци» [6].

Огонь Врат Жизни тесно связан со Смешанной Ци груди (Цзун Ци), которая помогает Вратам

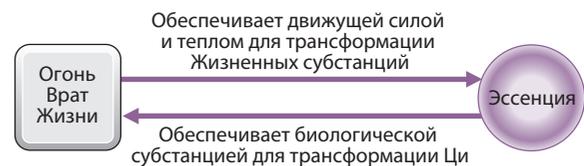
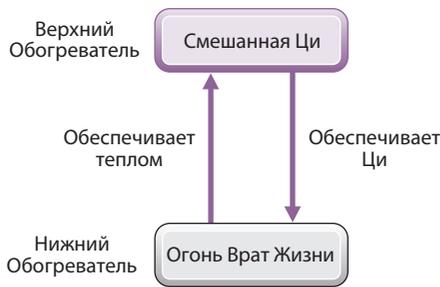


Рисунок 4.5 Огонь Врат Жизни и Эссенция



**Рисунок 4.6** Огонь Врат Жизни и Смешанная Ци

Жизни, предоставляя им чистую Ци из воздуха. Смешанная Ци должна течь вниз к Вратам Жизни, чтобы обеспечивать Ци, а Огонь Врат Жизни должен устремляться вверх, чтобы обеспечивать теплом (рис. 4.6).

Трансформация Ци зависит от тепла, так как это процесс типа Ян. Огонь Врат Жизни согревает все органы для трансформации Ци в каждой части тела. Например, Огонь Врат Жизни помогает Ци Легких опускаться, Ци Селезенки – перерабатывать и переносить эссенции пищи; Ци Мочевого пузыря – перерабатывать и выделять мочу, Кишечнику – переваривать и переносить содержимое, а Сердцу – вмещать Разум.

Дальнейшее обсуждение Огня Врат Жизни Вы найдете в 10-й главе, в части о функциях Почек.



#### Клиническая заметка

Установка моксы на DU-4 Мин-мэнь тонизирует Огонь Врат Жизни (Мин Мэнь).

В боксе 4.2 обобщены сведения об Огне Врат Жизни (Мин Мэнь) как источнике тепла для трансформации Ци.

## ДИНАМИКА И ФИЗИОЛОГИЯ ТРАНСФОРМАЦИИ ЦИ

Динамика и физиология трансформации Ци будет разделена на четыре части:

- Механизм Ци
  - подъем-опускание Ци
  - течение Ци наружу-внутри
- Желудок и Селезенка как центральная ось
- Печень и Легкие как обод колеса
- Сердце и Почки как корень

## Механизм Ци

«Механизм Ци» (Ци Цзи) означает комплекс процессов движения Ци во всех частях тела. Направление движения различных типов Ци в различных физиологических процессах является принципиально важным для собственно трансформации Ци. Механизм Ци основан на четырех главных направлениях движения Ци:

- Вверх (движение Ян)
- Вниз (движение Инь)
- Наружу (движение Ян)
- Внутрь (движение Инь)

В 68-й главе «Вопросов о простейшем» сказано: «Если нет подъема-опускания, то нет рождения, роста, созревания и упадка. Если нет движения наружу-внутри, нет рождения, роста, преобразования, приема и хранения. Если Механизм Ци функционирует хорошо, то будет рождение и преобразование, если же Механизм Ци нарушен, то будет распад, а не рождение и преобразование» [7].

В «Записках о прочитанных медицинских книгах» («Ду И Суй Би», 1891 г.), написанных Чжоу Сюэхаем, сказано: «Все способности – видеть, слышать, ощущать запахи и вкусы, мыслить – зависят от гладкого течения Ци вверх-вниз и наружу-внутри; если движение Ци нарушается, эти способности будут утрачены» [8].

Подъем-опускание Ци и движение Ци наружу-внутри оказывают влияние на процесс формирования Ци и Крови на всех стадиях и во всех органах. Выработка Ци и Крови основана на тонком, гармоничном балансе подъема-опускания

### Бокс 4.2 Огонь Врат Жизни как источник тепла для трансформации Ци

- Изначальная Ци расположена между Почками и относится к Огню Врат Жизни (Мин Мэнь)
- Огонь Врат Жизни, который называют еще «Огнем-Министром», является корнем Пред-Небесной Ци, источником Пост-Небесной Ци и основой Изначальной Ци
- Эссенция – это Инь, она обеспечивает Огонь Врат Жизни биологической субстанцией для жизни
- Огонь Врат Жизни – это Ян, и он дает Эссенции необходимое тепло
- Огонь Врат Жизни обеспечивает тело теплом, необходимым для всех физиологических процессов

и наружно-внутреннего течения Ци в каждом органе, в каждой части тела, на каждой стадии. Поэтому нарушение процесса подъема-опускания и наружно-внутреннего течения Ци или их комбинация может привести к патологии Ци, Крови или и того, и другого, что может принять форму недостатка, задержки или обратного тока Ци.

Помимо этого подъем-опускание и течение Ци наружу-внутри влияют на метаболизм жидкостей: чтобы перерабатывать, переносить и выводить жидкости правильно, Ци должна подниматься и опускаться, двигаться наружу и внутрь во всех структурах организма сбалансированно и регулярно. Если эти движения Ци будут нарушены, могут появиться Сырость, Флегма и отеки.

Замысловатый путь движения Ци в Механизме Ци и его влияние на метаболизм жидкостей тесно связаны с Тройным Обогревателем, который также чувствителен к застою Ци. Вместе с Ци Печени Ци Тройного Обогревателя контролирует гладкое течение Ци во всех трех Обогревателях. В Верхнем Обогревателе Ци движется вверх и внутрь под контролем Легких. В Среднем – вверх, вниз и наружу под контролем Желудка и Селезенки. В Нижнем Обогревателе Ци в основном опускается и выходит, находясь под контролем Почек, Мочевыводящего Пузыря и Кишечника.

Тройной Обогреватель помогает всем остальным органам в выполнении их функций. В частности, он следит за открытостью всех путей (для Ци и Жидкостей), за гладким течением всех типов Ци, за тем, чтобы Изначальная Ци, исходящая из пространства между Почками, принимала различные формы в различных частях тела, а также за выведением отходов (рис. 4.7).

## Подъем-опускание Ци

Для некоторых физиологических процессов нужно, чтобы Ци текла вверх, а для других – вниз. Например, Ци Селезенки течет вверх, а Ци Желудка течет вниз. Направление движения Ци каждого органа было рассмотрено в 3-й главе. Восходящее течение Ци – это движение Ян, а нисходящее – Инь. Например, подъем Ци Селезенки – это движение Ян, и естественно, что Ци Селезенки не может подниматься при недостатке Ян или Ци Селезенки.

Природу Ян и Инь в процессах опускания и подъема не следует смешивать с опусканием Ян или подъемом Инь в других контекстах. В древнем Китае Ян, который сверху, часто идентифицировали с Небесами, а Инь, который внизу, – с Землей. Небеса принадлежат к Ян, они сверху, и потому опускаются, Земля принадлежит Инь, это низ, и поэтому она поднимается.

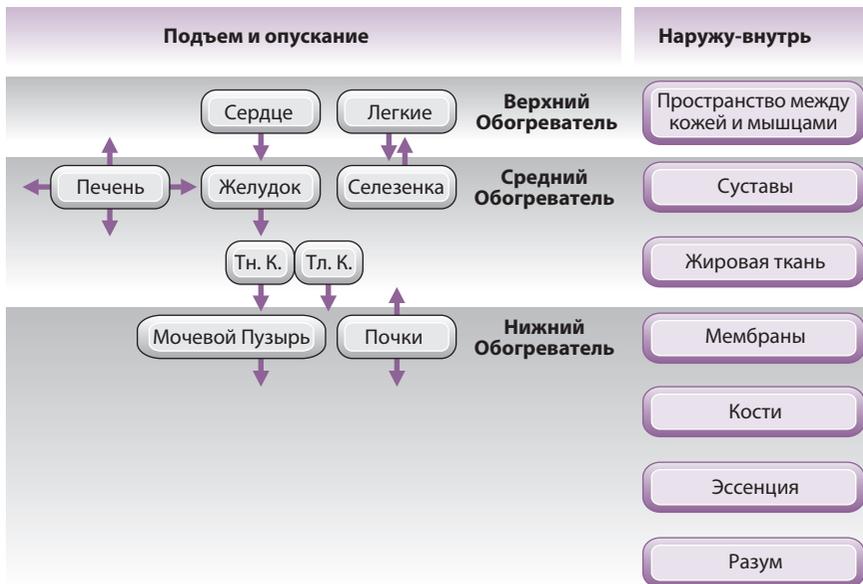


Рисунок 4.7 Механизм Ци

В 68-й главе «Вопросов о простейшем» было сказано: «Опускание принадлежит Небесам; подъем – Земле. Ци Небес, опускаясь, достигает Земли; Ци Земли поднимается и достигает Небес» [4]. В этом нет противоречия с утверждением, что восхождение Ци есть Ян, а опускание Ци есть Инь, так как речь о собственно движении, а не о принадлежности того, от чего начинается движение. Восхождение как тип движения – это Ян, а опускание как тип движения – Инь. Тот факт, что Земля (Инь) находится внизу и поднимается, не противоречит тому, что когда она собственно движется вверх, этот тип движения относится к Ян. Другими словами, внутри Инь (Земля, внизу) существует Ян (движение подъема), а внутри Ян (Небеса,верху) – Инь (движение опускания) (рис. 4.8).



Небеса (Ян) находятся наверху и опускаются, но опускание есть движение Инь.  
Земля (Инь) находится внизу и поднимается, но подъем является движением Ян.

Эти подъемы и опускания Ци зависят от функций внутренних органов. Каждый орган оказывает особое влияние на движение Ци. Например, Ци Селезенки поднимается, Ци Легких опускается, Ци Сердца опускается, Ци Печени поднимается и выходит наружу, Ци Желудка опускается вниз, Ци Мочевого пузыря, Толстого и Тонкого кишечника текут вниз. Эти движения описаны в 3-й главе.

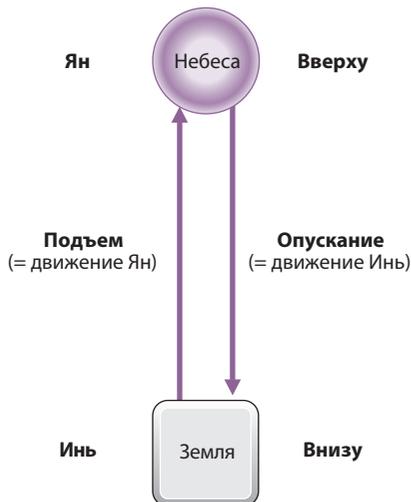


Рисунок 4.8 Движение Небес и Земли

Баланс между Инь и Ян является ключевым моментом для гладкого течения Ци, так как подъем является движением Ян, а опускание – Инь. Поэтому Избыток Ян вызывает чрезмерный подъем Ци (например, подъем Ян Печени), а избыток Инь – избыточное опускание Ци (например, утечку Ци Селезенки).

## Течение Ци наружу-внутри

Гладкое течение Ци в Механизме Ци обеспечивается не только правильным подъемом и опусканием Ци в различных органах и частях тела. Ци еще входит и выходит из:

- Каналов
- Пространства между кожей и мышцами
- Полостей Трех Обогревателей
- Суставов
- Жировой ткани (*Гао*)
- Мембран (*Хуан*)
- Костей
- Разума – Духа (*Шэнь*)

Поэтому движение Ци наружу-внутри обеспечивает горизонтальное течение Ци, а подъем-опускание – вертикальное.

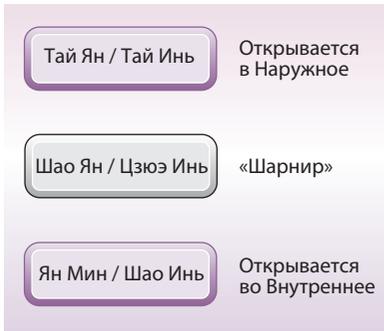
## Каналы

Движение Ци наружу-внутри является важным аспектом движения вдоль трех энергетических уровней Ян – Великий Ян (*Тай Ян*), Малый Ян (*Шао Ян*) и Светлый Ян (*Ян Мин*), – и вдоль трех энергетических уровней Инь – Великий Инь (*Тай Инь*), Малый Инь (*Шао Инь*) и Конечный Инь (*Цзюэ Инь*).

Про канал Великий Ян говорят, что он «открывается в Наружное», про Светлый Ян – что он «открывается во Внутреннее», а Малый Ян является «шарниром» и расположен между ними. Про Великий Инь говорят, что он «открывается в Наружное», Малый Инь – «во Внутреннее», а Конечный Инь является «шарниром» между ними.

Другими словами, распределение по глубине выглядит следующим образом (рис. 4.9):

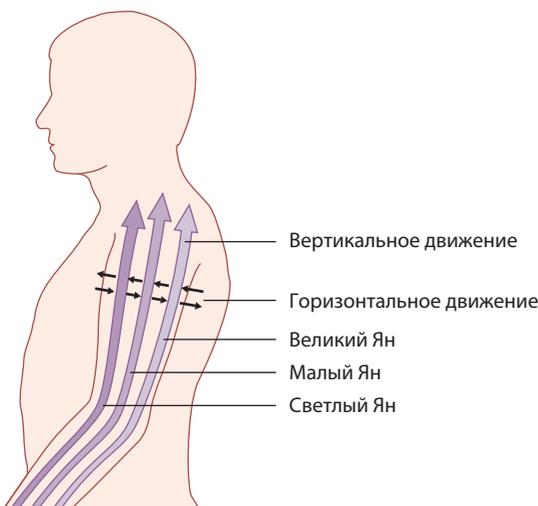
	ЯН	ИНЬ
Поверхностный «Шарнир»	Великий Ян Малый Ян	Великий Инь Конечный Инь
Глубокий	Светлый Ян	Малый Инь



**Рисунок 4.9** Движение наружу и внутрь по каналам

Когда обсуждается физиология и патология каналов, принципиальное значение имеет подъем-опускание Ци («вертикальное» движение), но неправильно упускать из вида и движение Ци наружу-внутри («горизонтальное» движение). Под «горизонтальным» движением я имею в виду движение вдоль трех энергетических уровней, перечисленных выше, по каналам Ян и Инь. Комбинацию вертикального и горизонтального течения Ци можно найти в любой части тела.

По наружной поверхности каналы Тонкого, Толстого кишечника и Тройного Обогревателя текут от кончиков пальцев к лицу: это вертикальное движение Ци. Однако в области плечевых суставов есть область горизонтального течения в этих же каналах: это уже является «горизонтальным» движением Ци наружу-внутри. То же самое можно



**Рисунок 4.10** Движение внутрь-наружу в области плечевых суставов

сказать и о каналах Инь в области плечевого сустава (рис. 4.10).

Движение Ци наружу-внутри находится под контролем Телесного Духа (*По*), который отвечает за движение Эссенции наружу и внутрь. Другими словами, Эссенция и Телесный Дух тесно связаны, и поэтому Телесный Дух называют «входящей и выходящей Эссенцией». Таким образом, влияние Телесного Духа заметно во всех видах физиологической активности.



Телесный Дух (*По*) – это «входящая и выходящая Эссенция». Он активизирует Эссенцию и регулирует все физиологические процессы.

### Пространство между кожей и мышцами

Пространство между кожей и мышцами является частью полостей Тройного Обогревателя, но с точки зрения клинической практики будет удобнее рассматривать их отдельно. Это пространство называют «*Цюу Ли*». Я перевел этот термин как «пространство и текстура» (рис. 4.11).

«Пространство между кожей и мышцами» неверно рассматривать с точки зрения западной анатомии: это скорее энергетический уровень, относящийся к поверхности тела, который еще называют «долей Защитной Ци Легких». Это пространство, в котором циркулирует Защитная Ци (чтобы согреть и защищать организм), и где распределен пот. Внешние патогенные факторы атакуют его в первую очередь.

Ци проникает внутрь и выходит наружу из пространства между кожей и мышцами: таким образом контролируется правильное течение Защитной Ци и поддерживается баланс открытия и закрытия пор кожи. Когда проникновение внутрь и выход наружу сбалансированы, Защитная Ци течет гладко, поры работают хорошо, потливость нормальная, а наружные патогенные факторы не могут проникнуть в это пространство (за исключением случаев, когда эти факторы очень сильны).



### Клиническая заметка

LU-7 Ле-цюэ, LI-4 хэ-гу и ST-36 Цзю-сань-ли регулируют пространство *Цюу Ли*.

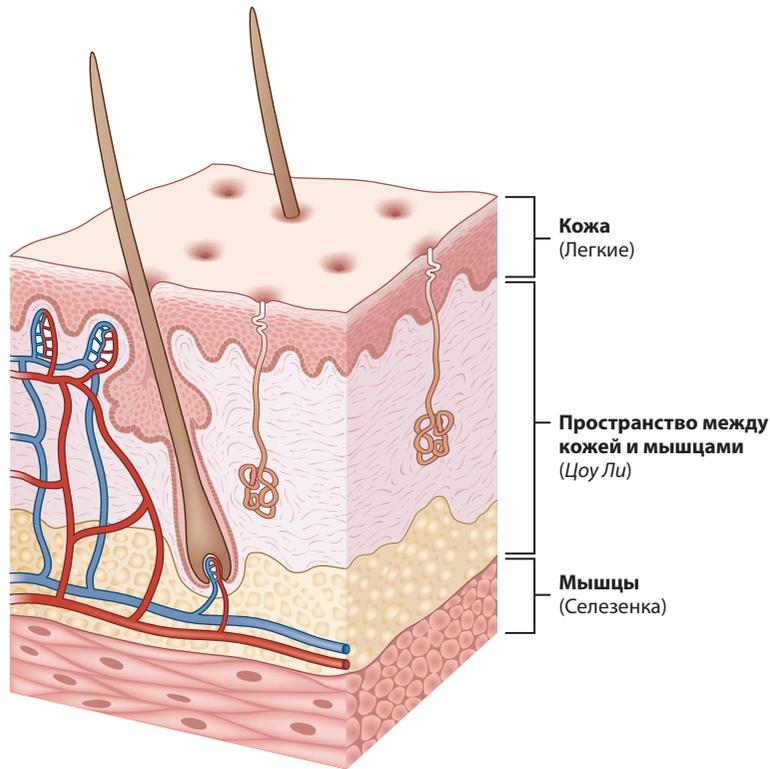


Рисунок 4.11 Пространство между кожей и мышцами (Цю Ли)

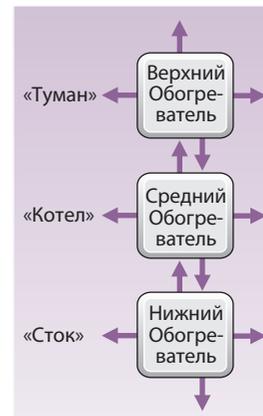
### Полости Трех Обогревателей

Более детально Тройной Обогреватель будет рассмотрен в 18-й главе. В природе Тройного Обогревателя существует множество граней; одна из них – то, что Тройной Обогреватель представляет собой систему полостей и «пространств», объем которых варьируется от очень большого до очень маленького. Все эти полости называют «Цю» (как Цю Ли, «пространство и текстура»). Тройной Обогреватель представлен тремя большими полостями: грудной (Верхний Обогреватель), брюшной (Средний Обогреватель) и полостью малого таза (Нижний Обогреватель). Пространство между кожей и мышцами – еще один пример полости Тройного Обогревателя (рис. 4.12).

Вместе с Ци Печени Тройной Обогреватель контролирует гладкое и правильное течение Ци во всех Трех Обогревателях. В Верхнем Обогревателе Ци в основном поднимается и проникает внутрь, находясь под контролем Легких; в Среднем Обогревателе Ци поднимается и опускается, течет наружу и внутрь и находится под контролем

Желудка и Селезенки; в Нижнем Обогревателе Ци в основном опускается и течет наружу и находится под контролем Почек, Мочевыводящего пузыря и Кишечника. Тройной Обогреватель помогает всем остальным органам выполнять свои функции,

#### Большие полости в туловище



#### Пространство между кожей и мышцами (Цю Ли) в конечностях

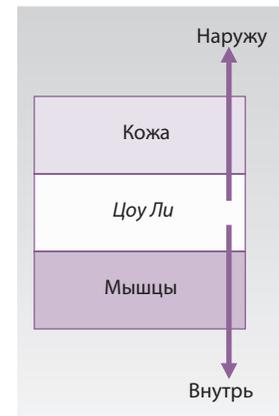


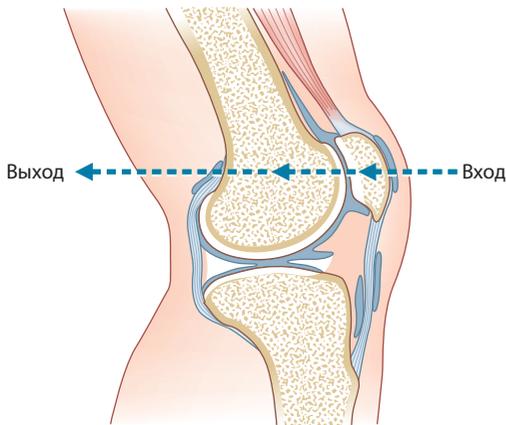
Рисунок 4.12 Полости Тройного Обогревателя

в частности обеспечивает открытость всех путей и всех полостей, чтобы Ци проникала внутрь и выходила наружу сбалансированно.

Ци Тройного Обогревателя имеет склонность к застою. Застой блокирует проникновение и выход Ци в различных полостях тела, что приводит к чувству вздутия и болям.

### Суставы

Капсулы суставов – тоже полости, в которые проникает и из которых выходит наружу Ци. Движение внутри и снаружи суставов контролируется в первую очередь Печенью и Тройным Обогревателем в целом; но помимо них на течение Ци в суставе влияют каналы, проходящие через сустав (рис. 4.13).



**Рисунок 4.13** Движение наружу-внутри в суставах

Если течение внутрь и из сустава сбалансировано, сустав свободен от боли, а движения в нем не ограничены. Если Ци выходит чрезмерно, сустав будет скованным и болезненным, а выпрямление сустава будет затруднено. Если же чрезмерным будет проникновение в сустав, то сустав будет слабым и болезненным, будет затруднено сгибание.

### Жировая ткань (Гао)

Жировую ткань по-китайски называют «Гао». Этот термин в широком смысле соответствует принятой в западной медицине адипозной ткани, но имеются некоторые отличия между этими понятиями. В западной медицине жировая ткань распределяется по всему телу. Жировая ткань

(Гао) в китайской медицине находится, прежде всего, в области живота (и у мужчин, и у женщин) и молочных желез (у женщин); кроме того, в нее включены перитонеальные мембраны, покрывающие внутренние органы (эти мембраны являются уже не жировой, а соединительной тканью).

Проникновение Ци внутрь и ее выход наружу из Жировой ткани обеспечиваются в основном Селезенкой. Сбалансированность этих течений в Жировой ткани проявляется нормальным видом последней. Чрезмерное проникновение Ци в Жировую ткань ведет к скоплению жира и ожирению, в то время как чрезмерный выход Ци ведет к потере веса.

### Мембраны (Хуан)

Слово «Хуан» дословно означает «мембраны» и относится ко всем мембранам, покрывающим тело; это поверхностный слой, лежащий непосредственно под кожей, и еще один внутренний слой прямо под ним. Мембраны выполняют функцию обертывания и удержания органов, мышц, костей и соединения органов между собой.

В широком смысле Мембраны – то же, что соединительная ткань в западной медицине, но не вся соединительная ткань входит в число Мембран, в частности сухожилия, хотя и являются соединительной тканью, но в китайской медицине не относятся к Мембранам, а являются Сухожилиями (то есть тканями Печени).

Мембраны находятся только в брюшной полости и в широком смысле соответствуют фасциям (поверхностным и глубоким), брюшине, брыжейке и сальнику. Строма (каркас соединительных тканей и органов) также является примером Мембран.

Сбалансированное проникновение и выход Ци из Мембран обеспечивает гладкое течение Ци в брюшной полости. Если имеет место чрезмерный выход Ци, застой Ци в Мембранах приведет к вздутию живота и болям; чрезмерное проникновение Ци в Мембраны, недостаток или утечка Ци приведут к ослаблению Мембран.

### Кости

Понятие «Кости» в китайской медицине шире, чем исключительно анатомические структуры, имеющие то же название в западной медицине, хотя и включает их. Помимо сугубо анатомических

структур, в это же понятие входит еще и энергетический уровень структур организма. Тело разделяют на структуры с различным энергетическим уровнем. Перечислим их в порядке углубления: кожа, мышцы, сухожилия, кровеносные сосуды и кости. Все эти уровни контролируются Легкими, Селезенкой, Печенью, Сердцем и Почками. Таким образом, «Кости» относятся к самому глубокому энергетическому уровню тела, находящемуся под влиянием Почек. Например, ночную потливость называют также «дымлением костей», так как древние полагали, что ночная потливость идет из глубины, от костей, и напротив, дневная потливость истекает из пространства между кожей и мышцами.

Ци входит в кости и выходит из них, течет к глубине и выходит из глубокого энергетического уровня. Если выведение Ци чрезмерно, то будет ночная потливость; если же чрезмерным будет проникновение в кости, то будет застой Крови (бокс 4.3).

#### Бокс 4.3 Пять энергетических уровней

1. Кожа = Легкие
2. Мышцы = Селезенка
3. Сухожилия = Печень
4. Сосуды = Сердце
5. Кости = Почки

## Разум – Дух (Шэнь)

Разум (*Шэнь*) также является одной из Жизненных субстанций, хоть и самой разреженной и нематериальной. Как я уже объяснял в предыдущем разделе, я перевел *Шэнь* Сердца как Разум, а как Дух я перевожу весь комплекс, включающий Эфирный Дух (*Хунь*), Телесный Дух (*По*), Интеллект (*И*), Силу Воли (*Чжи*) и собственно Разум (*Шэнь*).

Проникновение Ци в Разум и выход из него следует рассматривать в контексте координации Разума Сердца с Эфирным Духом Печени. Кратко отметим, что Эфирный Дух является хранилищем и носителем идей, фантазий, перспектив, стремлений, идеалов, вдохновения; он обеспечивает Разум другим психическим измерением, без которого тот был бы стерилен. С другой стороны, Разум призван контролировать и объединять все психическое содержимое, вносимое Эфирным духом. Выражение «Разум приходит и уходит» означает, что Эфирный Дух ищет, фантазирует, исследует, строит планы, вдохновляет. То есть на психическом уровне этот «приход и уход» есть движение Ци внутрь Разума и из него (Рис. 4.14).

Патология во взаимоотношениях между Эфирным Духом и Разумом в контексте нарушения проникновения и выведения Ци будет рассмотрена в 29-й главе.

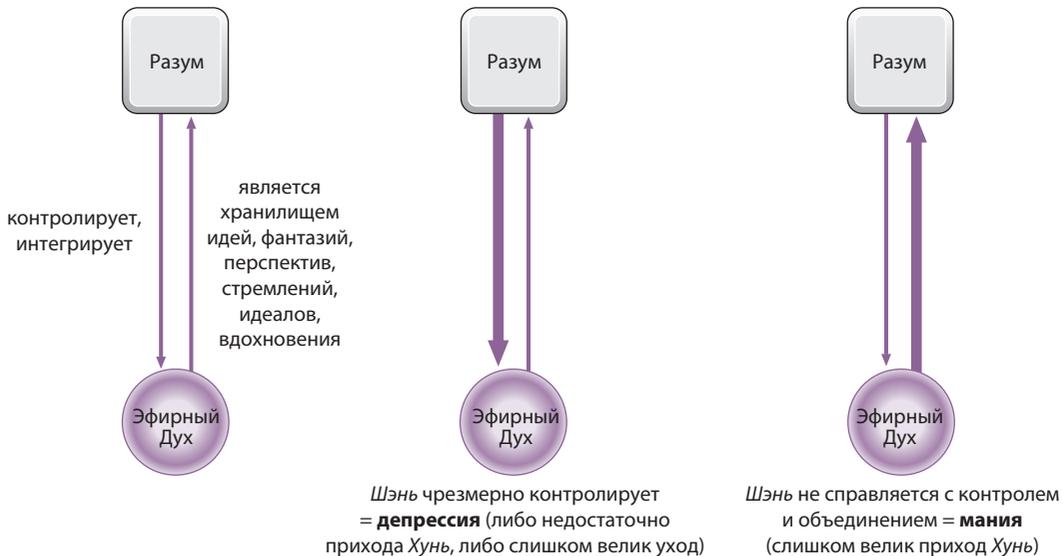


Рисунок 4.14 Взаимодействие Разума (*Шэнь*) и Эфирного Духа (*Хунь*)



Эфирный Дух (Хунь) – это «приход и уход Разума (Шэнь)», и он несет ответственность за идеи, цели, проекты, идеалы, планы, вдохновение и стремления.

## Желудок и Селезенка как центральная ось

Течение Ци Желудка и Селезенки является принципиально важным для большинства физиологических процессов. Желудок и Селезенка являются источником Ци и Крови, а все остальные органы зависят от них и питаются от них, поэтому можно говорить о том, что эти два органа занимают центральное место в физиологических процессах.

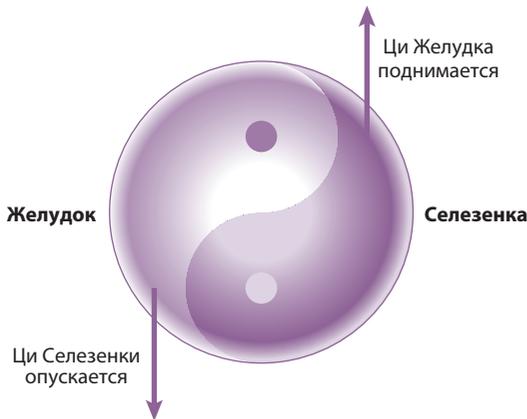


Рисунок 4.15 Подъем-опускание Желудка и Селезенки

Кроме того, анатомически они занимают Средний Обогреватель и лежат на перекрестке физиологической активности многих органов, где пересекаются пути течения Ци во всех направлениях. Здоровое функционирование Селезенки и Желудка в направлении течения Ци является ключевым моментом нормальной физиологической активности всего организма (рис. 4.15 и 4.16).

Селезенка и Желудок дополняют друг друга. Селезенка относится к Инь, а ее Ци течет вверх, она переносит и перерабатывает (вид активности Ян) эссенцию пищи. Желудок относится к Ян, его Ци течет вниз; его функцией является прием пищи и воды и обеспечение наличия источника Жидкостей тела, а эти действия – в природе Инь.

Ци Селезенки поднимается вверх, чтобы донести эссенции пищи к Легким и Сердцу, где они трансформируются в Ци и Кровь. Соответственно, Ци Желудка течет вниз, чтобы направить оставшуюся после трансформации часть вниз по Кишечнику.

Е Тяньши (1667–1746 гг.) говорил: «После того как пища попадает в Желудок, Селезенка перерабатывает и переносит ее: если подъем Ци Селезенки в норме, то опускание Ци Желудка в гармонии ... Ян Ци [Селезенки] движется ... Инь [Желудка] спокоен. Селезенка любит сухость, Желудок любит увлажненность» [11].

Поэтому подъем Ци Селезенки и опускание Ци Желудка являются принципиальными моментами в выработке Ци и Крови и гармоничном проходе Ци по Среднему Обогревателю.

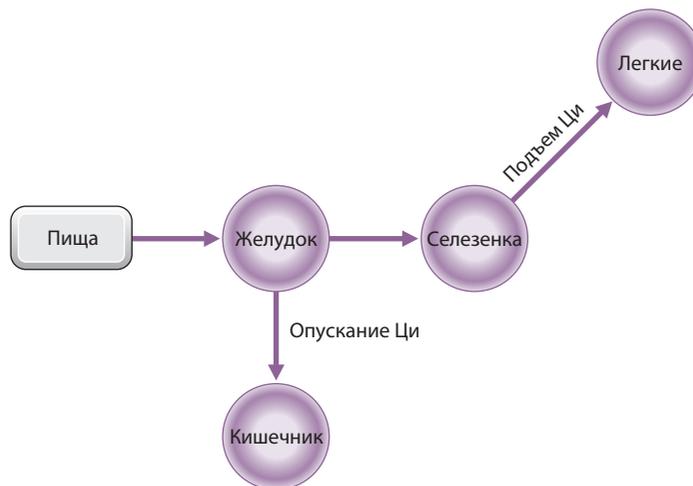


Рисунок 4.16 Подъем Ци Селезенки и опускание Ци Желудка



### Клиническая заметка

REN-12 Чжун-вань является основной точкой для регулирования подъема и опускания Ци в Среднем Обогревателе.

## Печень и Легкие как обод колеса

Печень находится слева, и ее Ци поднимается; Легкие – справа, их Ци течет вниз. Расположение «слева и справа» не следует интерпретировать с точки зрения западной анатомии, а нужно рассматривать по отношению к схеме Пяти Элементов, в которой Дерево (Печень) располагается слева, а Металл (Легкие) справа (рис. 4.17 и 4.18).

Е Тяньши говорил: «Человеческий организм отражает весь мир, поэтому Печень расположена слева, и ее Ци поднимается, а Легкие расположены справа, и их Ци спускается вниз. Когда опускание

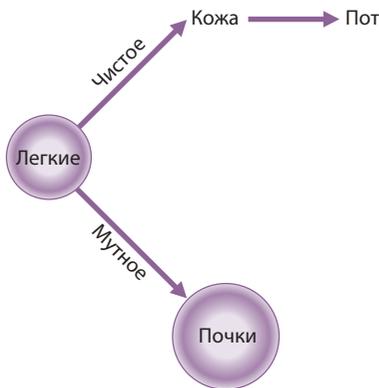


Рисунок 4.17 Опускание Ци Легких

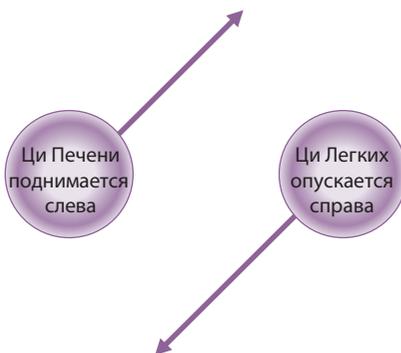


Рисунок 4.18 Подъем Ци Печени и опускание Ци Легких

и подъем [Ци этих органов] гармоничны, Ци может расслабиться и развиваться... Печень направляет Ци вверх к голове и к верхним отверстиям; Легкие направляют Ци вниз к внутренним органам, сухожилиям и костям. Вместе они дают возможность Ци и Крови течь и распространяться, а внутренним органам – быть в покое и равновесии» [12].

Печень расположена в Нижнем Обогревателе (энергетически, а не анатомически) и направляет Ци вверх; Легкие расположены в Верхнем Обогревателе и направляют Ци вниз. Вместе они обеспечивают гладкое течение Ци между Верхним и Нижним Обогревателем и вдоль внутренних органов.

## Сердце и Почки как корень

Сердце вмещает Разум и относится к Огню; Почки хранят Эссенцию и принадлежат Воды. Полярность между Сердцем и Почками является основополагающей полярностью Огня и Воды.

Огонь Сердца спускается вниз, чтобы достичь Почек и согреть их; Вода Почек поднимается вверх к Сердцу, чтобы питать Инь Сердца [13]. Опускание Огня Сердца и подъем Воды Почек поддерживают важнейший баланс между Огнем и Водой, между Ян и Инь, верхом и низом. Между Сердцем и Почками существует прямая связь, и они должны быть в состоянии гармонии, чтобы обеспечить процессы обмена (рис. 4.19).

В книге «Сборник медицинских трудов от Ву» (1792 г.) сказано: «Сердце принадлежит Огню, но есть Вода внутри Огня; Почки принадлежат Воды, но есть Огонь внутри Воды. Огонь управляет Водой, и Ци Сердца опускается. Вода – источник Огня, и Ци Почек поднимается. Если



Рисунок 4.19 Опускание Огня Сердца и подъем Воды Почек

Вода не будет подниматься, возникнет болезнь: это вызывается недостатком Ян Почек, который не может поднять Воду. Если Огонь не сможет опускаться, возникнет болезнь: это вызывается недостатком Инь Сердца, который не может опустить Огонь» [14].



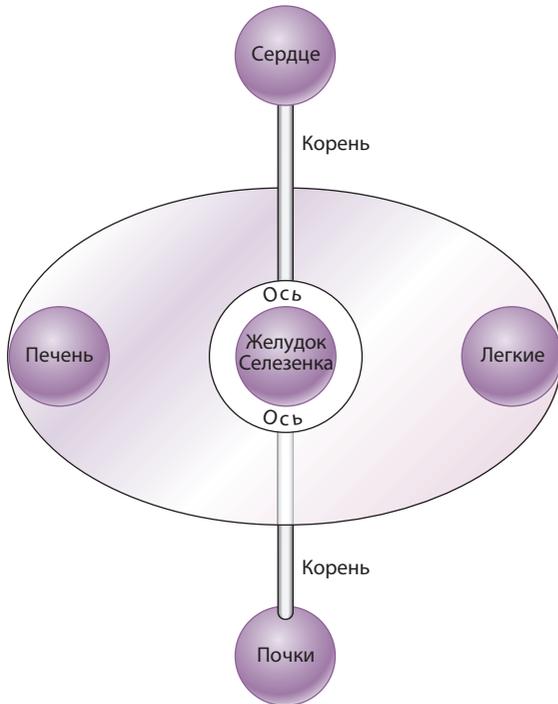
#### Клиническая заметка

REN-15 Цзю-вэй и REN-4 Гуань-юань гармонизируют Сердце и Почки.

Теперь мы можем обобщить три вида взаимоотношений между Желудком и Селезенкой, Печенью и Легкими, Сердцем и Почками в Космологической последовательности Пяти Элементов.

Мы можем визуализировать космологическую последовательность на трехмерной модели взаимоотношений внутренних органов с различными направлениями движения Ци (рис. 4.20).

Ось Сердце – Почки можно рассматривать как воображаемую ось, проходящую через центр лежащего колеса, Селезенку и Желудок – как ступицу



**Рисунок 4.20** Космологическая последовательность и направление движения Ци органов

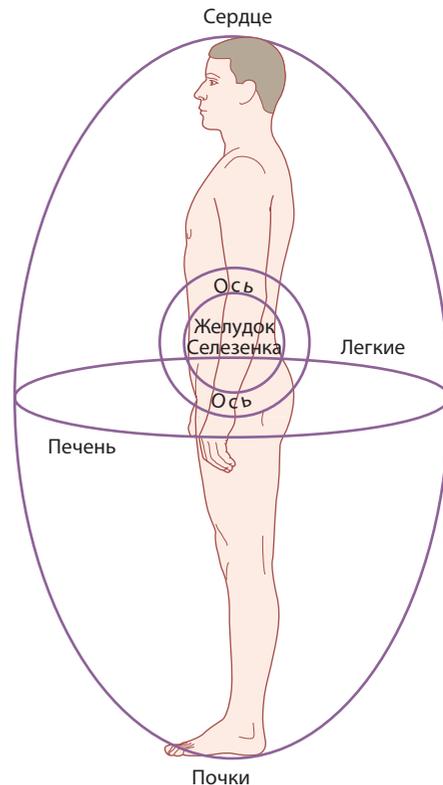
колеса, а Печень с Легкими – как его внешний обод (рис. 4.21).

В боксе 4.4 обобщена динамика и физиология трансформации Ци.

## ТРАНСФОРМАЦИЯ ЦИ ТРОЙНЫМ ОБОГРЕВАТЕЛЕМ

Тройной Обогреватель является одним из шести органов Ян. Его природа была предметом многочисленных дискуссий на протяжении веков, и вопрос о том, можно ли отнести его к остальным пяти органам Ян, все еще остается спорным. Один из предметов этого спора, имеет ли Тройной Обогреватель «форму» или же это общий комплекс функций.

Касательно трансформации Ци можно сказать, что функции Тройного Обогревателя были названы в «Вопросах о простейшем» тем, «что заставляет проходить сквозь», чтобы «отдавать» (тун) или «выводить» (чу). Другими словами, Тройной Обогреватель помогает всем внутренним органам



**Рисунок 4.21** Ось, корень и внешнее колесо органов

#### Бокс 4.4 Резюме: динамика и физиология трансформации Ци

1. Механизм Ци
  - а) Механизм Ци (*Ци Цзи*) обозначает сложный процесс движения Ци во всех частях тела;
  - б) Четыре основных типа движения Ци: подъем, опускание, вход и выход.
2. Желудок и Селезенка как центральная ось
  - а) Желудок и Селезенка – центр физиологии организма;
  - б) Подъем Ци Селезенки и опускание Ци Желудка – ключевой момент в обеспечении движения Ци всех остальных органов.
3. Печень и Легкие как обод колеса
  - а) С точки зрения энергии, Печень расположена «слева», а Легкие «справа»;
  - б) Ци Печени поднимается, а Ци Легких опускается;
  - в) Координация между подъемом Ци Печени и опусканием Ци Легких важна для регуляции движения Ци между Верхним и Нижним Обогревателями.
4. Сердце и Почки как корень
  - а) Огонь Сердца опускается к Почкам, а Вода Почек поднимается к Сердцу;
  - б) Координация этих движений важна для регуляции движения Ци между Верхним и Нижним Обогревателями;
  - в) Сообщение между Сердцем и Почками важно в гинекологической и сексуальной сферах.

выполнять свои функции, в частности, «открывая все пути перемещения», он помогает различным типам Ци беспрепятственно перемещаться, очищаться и выводиться. Таким образом, основная функция этого органа связана с движением различных типов Ци и эссенций в любой части тела. Так как Тройной Обогреватель представляет собой систему полостей, он также обеспечивает правильный ход проникновения и выведения Ци в различных полостях.

Каждый из Обогревателей отвечает за выполнение определенных функций и определенных типов движений Ци.

Верхний Обогреватель, который включает в себя Сердце и Легкие, обеспечивает распыление Ци по коже и мышцам; это функция Ци Легких. Верхний Обогреватель направляет защитную Ци наружу, к коже. С этой точки зрения Ци Тройного Обогревателя поднимается, так как рассеивающая функция Легких направлена вверх и наружу. Однако движение Ци Тройного Обогревателя имеет еще и нисходящее направление, так

как Ци Легких еще и опускается. Если же говорить о наружно-внутренних направлениях, то Ци Верхнего Обогревателя входит в пространство между кожей и мышцами и в грудную клетку и выходит из них.

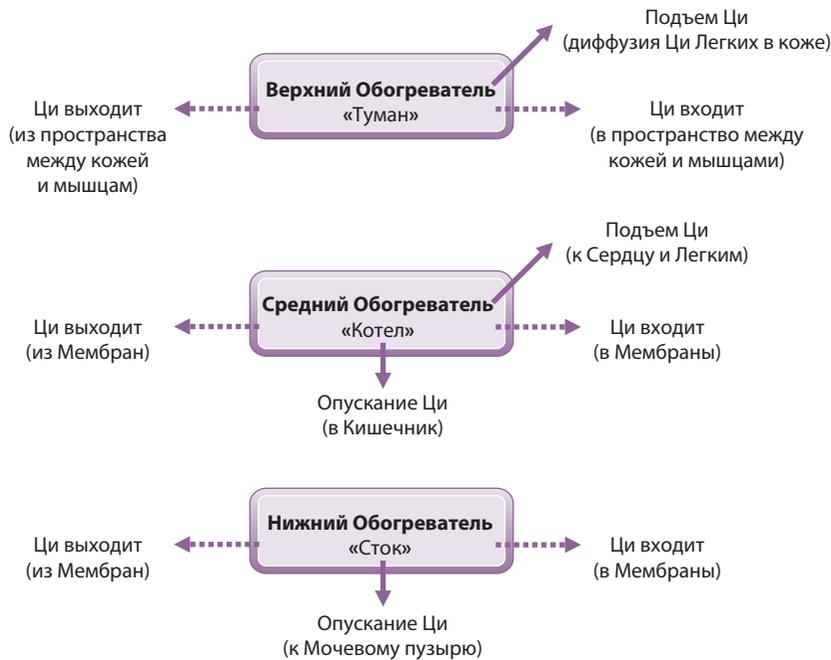
Средний Обогреватель, включающий Желудок и Селезенку, отвечает за пищеварение и трансформацию. Так, Средний Обогреватель контролирует движение Питательной Ци и делает так, чтобы Ци двигалась в правильном направлении, то есть чтобы Ци Селезенки двигалась вверх, а Ци Желудка – вниз. Наружно-внутреннее движение Ци в Среднем Обогревателе происходит в Мембранах брюшной полости.

Нижний Обогреватель, в который входят Печень, Почки, Мочевой Пузырь, Кишечник, отвечает за переработку, перенесение и выведение жидкостей и отходов. Его Ци, очевидно, движется вниз. Так, Нижний Обогреватель контролирует движение Ци вниз в Кишечнике и Мочевом пузыре. В наружно-внутреннем векторе движения для Нижнего Обогревателя более характерно направление наружу, но имеет место и движение внутрь, в Мембраны (рис. 4.22).

В целом, Тройной Обогреватель отвечает за правильность направления движения (как вверх-вниз, так и наружу-внутри) всех типов Ци во всех частях тела. Если эта функция Тройного Обогревателя будет нарушена, Ци, Кровь и Жидкости тела не будут нормально перемещаться; они переполнятся, пути будут заблокированы, и начнется застой Ци.

В «Каноне тайных превращений» Хуа То (ок. 180 г.) сказано: «Тройной Обогреватель ... объединяет и направляет пять органов Инь и шесть органов Ян, Питательную и Защитную Ци, каналы, [он гармонизирует] Ци наружного и внутреннего, левого и правого, верхнего и нижнего. Если Тройной Обогреватель открыт, тогда Наружное и Внутреннее, левое и правое, верхнее и нижнее тоже будут открыты; так он контролирует и питает тело. Он гармонизирует Наружное и Внутреннее, левое и правое, верх и низ» [5].

Так как Тройной Обогреватель вместе с Ци Печени отвечает за свободное течение Ци во всех частях тела, застой Ци поражает Тройной Обогреватель также, как и Печень. Поэтому точки Тройного Обогревателя можно использовать для облегчения застоя Ци.



**Рисунок 4.22** Подъем-опускание и вход-выход Ци в Тройном Обогревателе



#### Клиническая заметка

Точка ТЕ-6 Чжи-гоу может быть использована для облегчения застоя Ци в любой части тела, но особенно – в верхней части тела, подреберье, боках и груди.



#### Клиническая заметка

Трансформация Ци Тройным Обогревателем стимулируется путем воздействия на точки Ответственного сосуда (*Жэнь Май*):

- REN-17 Тянь-чжун – для Верхнего Обогревателя
- REN-12 Чжун-вань – для Среднего Обогревателя
- REN-5 Ши-мэнь – для Нижнего Обогревателя

В боксе 4.5 обобщены сведения о трансформации Ци Тройным Обогревателем.

## ПАТОЛОГИЯ ТРАНСФОРМАЦИИ ЦИ

Правильное направление движения различных типов Ци в разных ситуациях зависит от внутренних органов. Каждый внутренний орган передвигает Ци в определенном направлении для выполнения определенной функции, поэтому направление течения Ци тесно связано с функцией определенного внутреннего органа.

Следовательно, каждое нарушение трансформации Ци следует рассматривать в связи с дисфункцией внутреннего органа.

### Желудок и Селезенка

Обычно Ци Селезенки поднимается к Легким и Сердцу, так как функцией Селезенки является поставка чистой эссенции пищи к двум этим органам, где она трансформируется, соответственно, в Ци и Кровь. Если Селезенка теряет способность поднимать Ци и поставлять чистую эссенцию пищи вверх, следствием может быть диарея.

#### Бокс 4.5 Резюме: трансформация Ци Тройным Обогревателем

- Тройной Обогреватель – принципиально важный орган для трансформации Ци
- Тройной Обогреватель «заставляет проходить через себя», «поставлять» и «выводить»
- Тройной Обогреватель поддерживает все пути Ци и Воды открытыми
- Ци Верхнего Обогревателя в целом поднимается
- Ци Среднего Обогревателя поднимается и опускается
- Ци Нижнего Обогревателя в основном опускается

Помимо диареи, очевидным осложнением нарушения восходящего течения Ци Селезенки и подведения эссенции пищи вверх к Легким и Сердцу будет недостаток Ци и Крови, если эта ситуация будет продолжаться долгое время.

Подъем Ци Селезенки обеспечивает поднятие и удержание на месте внутренних органов. При утечке Ци Селезенки может иметь место пролапс: опущение желудка, матки, кишечника, почек, влагалища и ректальных вен в виде геморроя.

Нормальное направление течения Ци Желудка – нисходящее, так как оно призвано обеспечить перенесение вниз остатков пищи после трансформации ее Селезенкой. Если Ци Желудка не опускается, могут возникнуть всплески Ци вверх в виде тошноты, икоты, отрыжки и рвоты.

И опускание Ци Селезенки, и подъем Ци Желудка называют «возмущением Ци» (так как Ци течет в неверном направлении). Первый из них по природе своей недостаточный (обычно его называют «утечкой Ци»), а второй – избыточный. Возмущение Ци – это тип патологии, наряду с недостатком Ци и застоем Ци.



#### Клиническая заметка

Точка DU-20 Бай-хуэй «поднимает» Ци Селезенки и может быть использована для коррекции утечки Ци Селезенки, вызывающей пролапс. Обычно для этого эту точку прижигают полынными конусами.

## Печень и Легкие

Ци Печени поднимается, Ци Легких опускается: если эти движения сбалансированы между собой, Ци течет гладко и свободно.

Однако Ци Печени может потерять способность подниматься вверх и распространяться, и это является главной причиной застоя Ци. Застой Ци Печени может проявиться во многих частях тела, таких как подреберья, эпигастрий, брюшная полость, матка, горло или голова. Он может повредить Легкие, нарушая опускание Ци Легких (что проявляется чувством переполнения в груди, депрессией, кашлем и одышкой) (рис. 4.23 и 4.24).

Подъем Ци Печени может принять характер возмущения (это называют «подъемом Ян Печени»), достигнуть головы и вызвать головную боль и раздражительность; это может также нарушить опускание Ци Легких и вызвать кашель и одышку. Огонь Печени может оказать такой же эффект, но в дополнение к предыдущей картине будет еще и покраснение глаз.

Все эти патологические ситуации можно описать с точки зрения учения о Пяти Элементах как «оскорбление Легких Печенью».

Нисходящий ток Ци Легких приносит Ци и Жидкости к Почкам и Мочевому пузырю. Если Ци Легких не сможет опускаться, она будет застаиваться в грудной клетке и вызовет кашель или астму. Когда Ци Легких не может течь вниз, это повреждает

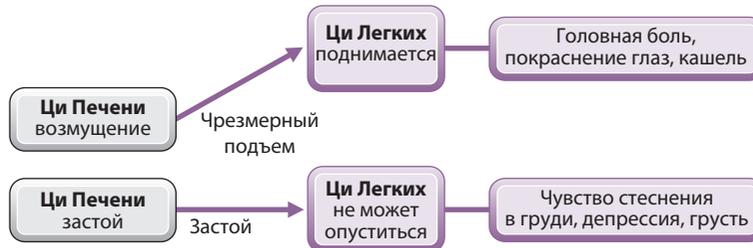


Рисунок 4.23 Патология подъема Ци Печени и опускания Ци Легких

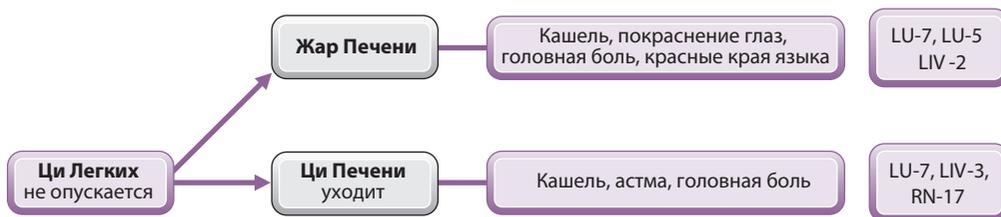


Рисунок 4.24 Патология и лечение подъема Ци Печени и опускания Ци Легких

Печень и вызывает подъем Ян Печени, что проявляется кашлем, одышкой и головной болью. Нарушение опускания Ци Легких может вызвать Жар Печени с такими симптомами, как кашель, красные глаза, головная боль.

## Сердце и Почки

Обычно Огонь Сердца опускается, чтобы соединиться с Водой Почек; и напротив, Вода Почек поднимается к Сердцу, чтобы питать Инь Сердца.

Если Огонь Сердца не опускается к Почкам, развивается Жар Сердца, который может повредить Инь Почек. Если Вода в недостатке, она не сможет подняться и встретиться с Сердцем, разовьется недостаток Ян Почек и отеки.

Сходные ситуации были описаны Чжан Цзинъюэ, который сказал: «Огонь является корнем Жара, и если внутри Огня не будет Воды, Жар станет чрезмерным и повредит Инь, что вызовет сухость и вялость. Вода – корень Холода, и если нет Огня внутри Воды, Холод станет чрезмерным и повредит Ян, что сделает все безжизненным и осушенным» [16].

Ван Пин, автор того издания «Канона Желтого императора о Внутреннем» (762 г.), на котором основаны все современные версии, говорил: «В Сердце не может быть избытка Жара при нормальном Ян; Почки не могут страдать от избытка Холода при нормальном Инь» [17].

Дисгармония Сердца и Почек может проявиться и тогда, когда Вода Почек, а в особенности Инь Почек, не может подняться, чтобы охлаждать и питать Инь Сердца. В этом случае недостаток питания со стороны Инь Почек может привести к возгоранию патологического Огня в Сердце с такими симптомами, как бессонница, беспокойство, тревожность. Все эти симптомы будут вызваны Пустым Жаром Сердца, возникшим из-за недостатка Инь.

Будучи корнем вертикального движения Ци, ось Сердце-Почки оказывает влияние на многие другие органы. Печень зависит от питания Инь Почек: если Инь Почек не питает Инь Печени, подъем Ци Печени может стать чрезмерным, вызвать головную боль и раздражительность. С другой стороны, Сердце контролирует Легкие, поэтому если Ци Сердца не опускается, Ци Легких тоже не может опуститься, что вызывает кашель и астму.

Функции Желудка и Селезенки также зависят от опускания и подъема Ци Сердца и Почек, так как функции переработки и перенесения пищи нуждаются в Огне и Воде. Хэ Бу Чжай (1694 г.?) говорил: «Внутренние органы зависят от питания со стороны Желудка и Селезенки. Когда пища попадает в Желудок, эссенция пищи переносится Селезенкой. Способность Селезенки перерабатывать пищу зависит от Ци Огня и Воды. Если Огонь избыточный, Желудок и Селезенка будут слишком сухими; если в избытке будет Вода, то Желудок и Селезенка будут слишком сырыми; и в том, и в другом случае они будут неспособны преобразовывать, и следствием будет болезнь» [18].

В боксе 4.6 суммированы сведения о патологии трансформации Ци.

### Бокс 4.6 Резюме: патология трансформации Ци

- Нарушение подъема Ци Селезенки может вызвать диарею или пролапс органов
- Нарушение опускания Ци Желудка может вызвать тошноту, рвоту, отрыжку и икоту
- Нарушение подъема и рассеивания Ци Печени вызывает застой Ци, проявляющийся вздутием живота, раздражительностью, снижением настроения
- Чрезмерный подъем Ци Печени вызывает головную боль и головокружение
- Нарушение опускания Ци Легких может вызвать кашель и астму
- Нарушение опускания Ци Сердца может вызвать сексуальные проблемы и проблемы с менструальным циклом
- Нарушение подъема Воды Почек может вызвать чувство жара и горячие приливы



### Краткое содержание

Из этой главы вы узнаете:

- Концепцию трансформации Ци, которая описывает всю функциональную активность Ци и ее отношение к физиологическим процессам в организме;
- О роли Изначальной (Юань) Ци как движущей силы для трансформации;
- О значении Огня Врат Жизни (Мин Мэнь) в обеспечении теплом, необходимым для трансформации в каждом органе и в каждой части тела;
- О взаимосвязи Огня Врат Жизни (Мин Мэнь) с Эссенцией Почек, в результате которой оба они поставляют основную биологическую субстанцию, а также движущую силу и жар для ее трансформации;
- О взаимосвязи Огня Врат Жизни со Смешанной Ци;

- О концепции Механизма Ци – процесса движения Ци во всех частях тела;
- О значении и важности гармоничного опускания-подъема и движения Ци наружу-внутри для здоровой выработки Ци и Крови и метаболизма Жидкостей тела;
- О центральной роли Тройного Обогревателя в течении Ци и метаболизме Жидкостей тела;
- О концепции сочетания наружно-внутреннего течения Ци, которое обеспечивает «горизонтальное» перемещение, с «вертикальным», обеспечивающимся подъемом-опусканием Ци;
- О значении различных по глубине энергетических уровней, распределенных по шести парным каналам Инь и Ян в связи с наружно-внутренним течением Ци;
- Какова роль Телесного Духа, «проводящего внутрь и выводящего наружу» Эссенцию;
- Как Ци входит и выходит из пространства между кожей и мышцами, чтобы регулировать выделение пота;
- Как Ци входит и выходит из суставов, и как этот процесс может быть нарушен;
- О значении проникновения и выведения Ци из Жировой ткани;
- О важности правильного проникновения и выхода Ци из Мембран для гладкого течения Ци в брюшной полости;
- О роли костей как самого глубокого энергетического уровня, куда проникает и откуда выходит Ци;
- О взаимосвязи Эфирного Духа и Разума в движении Ци внутрь и наружу Разума;
- О роли Желудка и Селезенки, как «центра» организма;
- О функции Печени и Легких как обода колеса, обеспечивающего гладкое течение Ци между Верхним и Нижним Обогревателями и вдоль внутренних органов;
- О важности сообщения между Сердцем и Почками как «корня», обеспечивающего фундаментальный баланс между Огнем и Водой, Ян и Инь;
- О важности функций Тройного Обогревателя, заставляющего вещи «протекать через себя и выводить», в связи с трансформацией Ци и гармонизацией опускания и подъема, проникновения и выхода Ци в Трех Обогревателях;
- Как нарушение правильного течения Ци Желудка и Селезенки ведет к сопровождающим эти состояния симптомам;
- Как симптомы нарушения координации Ци Печени и Легких бывают тесно связаны с их функцией подъема-опускания Ци и движения Ци наружу-внутри;
- О значении нарушения опускания-подъема Ци Сердца и Почек, что поражает многие другие органы, так как два этих органа являются корнем подъема-опускания Ци в организме.

### Вопросы для самопроверки

1. Объясните связь между Тройным Обогревателем и Изначальной Ци, и функция этой связи в трансформации Ци.

2. Согласно 36-й главе «Канона о Трудностях», в чем заключается разница между двумя Почками?
3. Заполните пробел: «Трансформация Ци зависит от \_\_\_\_\_, так как это процесс типа Ян».
4. Дайте краткое описание движения Ци в Трех Обогревателях.
5. Заполните пробел: «Небеса (\_\_\_\_) наверху и они \_\_\_\_\_, но \_\_\_\_\_ есть движение Инь. Земля (\_\_\_\_) находится внизу и \_\_\_\_\_, но \_\_\_\_\_ является движением Ян».
6. Назовите три органа, которые направляют Ци вниз.
7. Назовите каналы Ян, пересекающие плечевой сустав, в порядке углубления.
8. Какие два органа ассоциируются с пространством между кожей и мышцами?
9. Какие органы контролируют движение Ци наружу-внутри в суставах?
10. Какова функция Мембран?
11. Заполните пробел: «При разговоре об Эфирном Духе иногда используют выражение «Разум \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_».
12. По каким двум критериям Желудок и Селезенка являются «центром»?
13. С точки зрения энергии, где расположены Печень и Легкие, и в каком направлении течет их Ци?
14. Какой патологии особенно подвержен Тройной Обогреватель?
15. Почему в случае, если Ци Легких не опускается, могут появляться такие симптомы, как кашель, головная боль и красные глаза?

См. ответы на стр. 470

### ПРИМЕЧАНИЯ

1. Nanjing College of Traditional Chinese Medicine 1979 A Revised Explanation of the Classic of Difficulties (*Nan Jing Jiao Shi 难经校释*), People's Health Publishing House, Beijing, first published c. AD 100, p. 144.
2. Unschuld PU 1986 Medicine in China – Nan Ching The Classic of Difficult Issues, University of California Press, Berkeley, USA, p. 561.
3. Clavey S 2002 Fluid Physiology and Pathology in Traditional Chinese Medicine, 2nd edition, Churchill Livingstone, Edinburgh, p. 34-35.
4. The Complete Book of Jing Yue, cited in 1981 Syndromes and Treatment of the Internal Organs (*Zang Fu Zheng Zhi 脏腑证治*), Tianjin Scientific Publishing House, Tianjin, p. 48.
5. A Revised Explanation of the Classic of Difficulties, p. 90.
6. 1979 The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine – Simple Questions (*Huang Di Nei Jing Su Wen 黄帝内经素问*), People's Health Publishing House, Beijing, first published c. 100 BC, ch. 5, p. 33.
7. Ibid., p. 173-174.
8. Цит. по: Wang Xue Tai 1988 Great Treatise of Chinese Acupuncture (*Zhong Guo Zhen Jiu Da Quan 中国针灸大全*), Henan Science Publishing House, p. 162.
9. Simple Questions, p. 398.
10. Я хочу еще раз подчеркнуть, что в данной работе я перевел Шэнь Сердца как Разум, а как Дух – весь комплекс,

включающий Эфирный Дух (*Шэнь*), Телесный Дух (*По*), Интеллект (*И*), Силу Воли (*Чжи*) и собственно Разум (*Шэнь*).

11. Cited in *Syndromes and Treatment of the Internal Organs*, p. 51.
12. *Ibid.*, p. 51.
13. То, что с настоящего момента я буду называть «Огнем Сердца», следует не путать с «Огнем в Сердце». «Огонь Сердца» – это Огонь в нормальном (в контексте теории Пяти Элементов) физиологическом смысле, он же – Огонь-Правитель. «Огонь в Сердце» обозначает патологию Сердца с характерным избыточным Жаром.

14. 1792 Wu's Collected Medical Works, cited in *Syndromes and Treatment of the Internal Organs*, p. 52.
15. Hua Tuo 1985 *The Classic of the Secret Transmission (Zhong Cang Jing 中藏经)*, Jiangsu Scientific Publishing House, Nanjing, originally published c.AD 180, p. 39.
16. 1624 *The Complete Book of Jing Yue (Jing Yue Quan Shu)*, cited in *Syndromes and Treatment of the Internal Organs*, p. 52.
17. Wang Ping, cited in *Syndromes and Treatment of the Internal Organs*, p. 56.
18. He Bo Zhai, cited in *Syndromes and Treatment of the Internal Organs*, p. 56.