

«ЧИСТОЕ СОЗНАНИЕ» И ВНИМАНИЕ К СЕБЕ – СЕКРЕТЫ ЖЕНСКОЙ КРАСОТЫ И СЧАСТЬЯ

Около четырёх лет назад автор этих строк, беседа с основателем и руководителем первой в России (с 1989 г.) клиники тибетской медицины «НАРАН», кандидатом медицинских наук, членом Союза писателей России Светланой ЧОЙЖИНИМАЕВОЙ, услышал из её уст такую мысль, что нужно лечить не конкретную болезнь, а устранять саму причину. (См. «АН» от 16 января 2019 года. – Прим. авт.).



ТОГДА, признаюсь честно, в полной мере значение этой мысли не оценил, пока в нынешнем году не ощутил всё на своей, так сказать, шкуре. Несколько месяцев врачи самых разных специальностей, скажем так, официальной медицины гоняли меня по самым разным кабинетам, от терапевта до уролога с неврологом и лором. Что в бесплатных поликлиниках, что в дорогих медцентрах. И результат по итогам этих «визитов» был только один: увеличивалось количество таблеток. Здоровье же становилось всё хуже. «Выползало» то одно, то другое. А всё дело в том, что каждый из врачей лечил что-то «свое». Но в ЦЕЛОМ организм никто не оценивает. И ответственности, само собой, в ЦЕЛОМ никто не несёт. Поскольку каждый лечит что-то одно, а организм — это единое целое, и всё в нём между собой связано. И каждый доктор с чистой совестью говорил о том, что по своей узкой специализации он «работу выполнил». А вот тибетская медицина как раз и рассматривает всё в комплексе, целостно. Оценивает весь организм. И журналист «АН» ещё тогда прошёл один из курсов лечения и получил прекрасный эффект. Поэтому спустя четыре года все дороги снова привели в «НАРАН». И уж упустить шанс ещё раз поговорить с главой клиники было нельзя!

— Светлана Галсановна, всех напугавший ковид изменил представление многих людей о жизни, заставил по-иному посмотреть на себя, разделил жизнь на до и после. Многие негосударственные медицинские учреждения, не сумев пережить вынужденные простои и изоляцию, закрылись. Или резко «просели» и потеряли своих пациентов, специалистов. А «НАРАН», насколько доводилось слышать, наоборот, как принято говорить, «прибавил». Расскажите подробнее, как в это время действовали и что сделали нового для своих пациентов?

— Дело в том, что, на мой взгляд, такие времена, когда происходят какие-то не зависящие от нас крупные испытания, неприятности, должны людей стимулировать. Они должны сконцентрироваться и найти в себе какой-то внутренний стержень. Во времена ковида у многих была депрессия, люди жили в страхе, когда узнавали о серьёзных осложнениях и летальных исходах. Понимаете, людей надо удивлять и радовать. Ковид ковидом, но он не мог быть бесконечным! Лично я была постоянно на связи с пациентами и давала им советы. Даже когда люди попадали в стационар с разными осложнениями. Вот, например, была пациентка, довольно-таки пожилая женщина. Она попала в стационар с 60% поражения лёгких. А кроме этого у неё были сахарный диабет, ожирение, гипертония, бронхиальная астма. В общем, полный набор. И, прямо скажем, она балансировала на грани... В лучшем случае её состояние оценивалось как 50 на 50. Но она выполняла все мои предписания, и дело пошло на поправку. Ей сейчас 80 лет, и чувствует она себя нормально. Быстрое восстановление было потому, что наши методы лечения эффективны. И мы решаем проблему комплексно.

— Подтверждаю. Поскольку на себе проверял. А скажите, руководители, как принято говорить, официальной медицины палки в колёса не вставляли? Ведь они практически в приказном порядке продвигали свои методы лечения, вводили обязательные прививки... Работать не мешали?

— Ну в принципе никто никаких палок не вставлял. Дело в том, что мы не составляли какую-то конкуренцию государству. У нас нет огромного количества фитосборов. БАДов нет вообще. А работа с пациентами никто и не мог помешать.

Кстати, в Монголии государство, наоборот, пошло навстречу частной медицине. Там очень много частных фармпредприятий, медицинских клиник, которые на основе тибетской рецептуры производят фитосборы. Государство закупало у частных этих фитосборы и бесплатно или по минимальной цене, что называется «за копейки», раздавало их людям. И там добились очень хороших результатов по борьбе с ковидом.

— Поскольку наша беседа проходит в преддверии женского праздника, то перейдём к этой теме. Знаю, что в клинике есть разные программы женского здоровья и все желающие могут с ними ознакомиться. Мне же, как мужчине, хотелось бы узнать, как женщине сохранять свои здоровье и красоту? И есть ли общие рекомендации для женщин независимо от возраста?

— Независимо от возраста каждая женщина должна быть здоровой, красивой, хранительницей очага. Ну и само собой, мудрой. Это общие черты, которые привлекают мужчин. А вот разнятся дамы в плане конституции. Одни от природы дородные, полноватые, как говорят часто, пышные. Этот тип называется «Слизь». Для кого-то привычнее звучит — флегматики. Следующий тип — такие крепкие, спортивные, как правило, с яркими губами, темноволосые. Это решительные дамы, они руководители как в жизни, так и на работе. Этот тип называется «Желчь». Чаше всего это холерики. Ну и третий тип прекрасного пола — маленькие, изящные, юркие, светлые, много говорящие. Они худенькие с юности и до конца жизни. Этот тип — «Ветер» (сангвиник). Понятно, что есть смешанные типы и нет такого жёсткого деления. Но в целом все женщины, и не только они, делятся на эти три типа. И у каждой есть своя красота.

Но, чтобы не стареть, каждая из них должна иметь, как говорят в буддизме, «чистое сознание». То есть — не держать дурных мыслей в голове. Плохие мысли — значит, плохой сон, стрессы. Даже если тебе что-то сказали плохое или пытались обидеть, не нужно на это реагировать. Самое главное — не допустить ответную негативную реакцию в голове. Если этого добиваешься, тогда более-менее приближаешься к очищению сознания. И это духовная красота женщины.

А что касается физической красоты, то в первую очередь женщине надо делать массаж лица. Мы очень мало внимания

уделяем самим себе. А порой нужно просто на 5–10 минут присесть перед зеркалом. Смыть макияж и сделать массаж лица. Ведь само лицо мы трогаем очень мало. И если этим не заниматься, то рано или поздно будут застой и нарушение кровообращения. Поэтому надо разгонять кровь пальцами рук и таким образом омолаживать лицо. И тогда не будет ни пигментации, ни морщин. Кожа будет гладкой.

— Чем отличается массаж лица в вашей клинике от массажа в обычном косметическом салоне? Что здесь можно рассказать и посоветовать дамам?

— В нашей клинике делается глубокий точечный массаж. Лицо и голова имеют огромное количество янских меридианов, которые относят к меридианам полых органов (кишечник, мочевой и желчный пузыри и т.д.). И при массаже активизируем эти точки. И от головы и лица энергия идёт на другие части тела — ноги, руки. А если «захватить ушки», то вообще будет отлично, «батарейки» организма будут работать долго.

— А могут ли дамы придти в «НАРАН» не только когда возникли проблемы со здоровьем, но и просто за поднятием тонуса, за красотой?

— Конечно! Массаж, о котором я рассказывала, надо делать не только для лица, но и для всего тела. Особенно в наш век. Люди очень много времени проводят без движения, развивается гиподинамия. Много сейчас работаем за компьютером, и может случиться застой в ногах (варикоз), а также застой в плечах, в воротниковой зоне. Мышцы, суставы мало двигаются, и всё это когда-то проявится. И с годами у кого-то будет артроз, у кого-то — остеохондроз, много других недугов появится. Поэтому необходимо делать энергетический массаж. Я вообще рекомендую начинать это делать в молодые годы. Ну и периодически повторять. Обычно — один раз в год. Но бывают ситуации, когда люди после пройденного курса буквально «летают» и несколько лет. Но, повторюсь, всё надо делать в комплексе. И принимать те же фитопрепараты для поддержания формы. Поскольку сделаны они из натуральных лекарственных растений. Так что красота, и внутренняя и внешняя, во многом зависит от самих женщин, а наш центр в этом может очень сильно помочь! Мы работаем честно, чётко и правильно расставляем приоритеты.

Олег СВЕТЛАНОВ

Клиника тибетской медицины «НАРАН»: ул. Мясницкая, д. 17, стр. 2, м. «Чистые пруды». Тел. 7 (495) 236-87-31, +7 (495) 431-39-39. Время работы: 09:00-21:00. Официальный сайт <https://naran.ru>.

Книгу Светланы ЧОЙЖИНИМАЕВОЙ «Советы доктора Чойжинимайевой» вы можете приобрести наложенным платежом, заказав по телефонам 8(495) 980-45-60, 8(958) 636-51-80 или направив по электронному адресу: zakazknig@argumenti.ru, или по почте: 125167, г. Москва, Авиационный пер., д. 4а, заявку и ваш точный адрес с индексом, ФИО полностью. В теме письма укажите «ЗАКАЗ КНИГ». В Москве книги можно купить по издательской цене в редакции по адресу: ст. м. «Аэропорт», Авиационный пер., дом 4а (здание МФОА), к. 104, либо заказать по телефонам 8(495) 980-45-60, 8(958) 636-51-80 (стоимость доставки в пределах МКАД – 300 руб.). Мы работаем: пн. – пт. с 10:00 до 18:00.

ООО «Издательство «Аргументы недели». Юр. адрес: 119002, г. Москва, ул. Арбат, д. 29, этаж 1, пом. IV, комн. 2. ОГРН 1207700354223. На правах рекламы

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Микстура Доктора Баира №34 | Почечная



♥ Микстуру применяют в комплексной терапии при отеках, возникающих вследствие нарушения функции почек, при мочекаменной болезни, при воспалительных заболеваниях мочеполовой системы.

♥ Микстура оказывает умеренное диуретическое и спазмолитическое действие.



Бесплатный звонок
8 (800) 300 64 91
Юридический адрес: ООО «Лотос»
125438, г. Москва, Лихачевский 4-й пер., 4
ОГРН 1137746981767

Дополнительная информация на сайте naranfito.ru

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ Реклама