



ТЕОРИЯ ЦИ, КРОВЬ-СЮЭ, ТЕЛЕСНАЯ ЖИДКОСТЬ ЦЗИНЬ-Е

Ци, кровь и телесная жидкость (ци, сюэ, цзинь-е, 氣血津液) — это основные вещества, которые поддерживают нормальную жизнедеятельность человеческого тела. Они имеют независимые связи, а также являются материальной основой физиологических функций органов цзан-фу 臟腑, тканей и каналов. В шестидесяти второй главе раздела «Су-вэнь» канона «Нэй-цзин» говорится: «Все что у человека есть, это кровь и ци»¹²². Теория энергий и теория органов вместе объясняют физиологические функции человеческого тела.

Теория ци (ци лунь, 氣論)

Жизненные силы-ци 氣 — это некая мимолетная и, в тоже время, фундаментальная основа, из которой состоит Вселенная. Можно сказать, что все явления — это результат движения ци (ци цзи, 氣機) и изменения ци (ци хуа, 氣化). Данная точка зрения оказала большое влияние на теорию классической китайской медицины. Термин ци — это достаточно многозначная категория китайской философии. Во всяком случае, «Большой толковый словарь китайских иероглифов» предлагает около тридцати различных его

значений. Наиболее древние изображения иероглифов в виде пиктограмм, существовавшие еще в эпоху неолита, позволяют нам точнее уяснить для себя смысловое значение термина 氣.



¹²² 帝曰：人之所有者，血與氣耳。 — Di yuē: Rén zhī suǒyǒu zhě, xuè yǔ qì ěr.

Здесь слева внизу изображается готовое взойти зерно с распадающимися оболочками, что указывает на развитие жизни, рост, расширение и цикличность. Три черты вверху — это «пар», и, одновременно, три категории: Небо, Земля и Человек, то есть проникновение ци повсюду. Ци — это сила, энергия, дух, пар, газ и т. д. Данный термин мы не переводим, оставляя его с уточняющими словами-синонимами: энергия-ци, сила-ци, жизненные силы-ци.

Как уже было сказано, ци — это фундаментальная энергия, лежащая в основе устройства Вселенной, где все существует благодаря ее видоизменениям и движению. Силы-ци слишком рассеяны, чтобы их увидеть глазами, их существование проявляется через функции. Так, в китайской медицине ци означает основные функции человеческого тела, которые поддерживают всю его жизнедеятельность, а также функциональную активность органов цзан-фу и тканей. Поэтому повторимся, — изменение и движение сил-ци определяют наличие жизни в человеческом теле. Энергия-ци, так или иначе, существует вне жизни тела, однако, это уже за пределами области медицины.

Самое раннее упоминание о ци встречается в «Го юй» (Речи царств), в речи сановника Упоминание в древнейшей «Чжоуской книге перемен» о категории «ци» встречается всего пять раз. В первой гексаграмме (Вэнь янь чжуань) во фразах: «Одинаковые силы-ци взаимно помогают» и «Не действуй, когда янская ци глубоко

сокрыта». В тридцать первой гексаграмме (Туань чжуань) во фразе: «Две силы-ци резонируют (гань-ин) и тем самым взаимно связываются». В «Си ци чжуань» (1, 4) во фразе: «Семя ци (цзин-ци) создаёт предметы». И в «Шо гуа чжуань» (3) во фразе: «Горы и воды соединяются силами-ци». Наиболее ранние из дошедших до нас



упоминаний термина «ци» мы находим в «Го юй» (Речи царств, 國語): «Когда (весной) жар светлого начала Ян усиливается, наполняя все собою, силы-ци почвы приходят в движение и проявляются»¹²³. Или например, во фразе «Сановник Бо Янфу сказал: «Царство Чжоу идёт к гибели! Каждая из сил-ци Неба и Земли, не нарушает своего установленного порядка; если утрачивается их установленный порядок, это расстройство совершил народ»¹²⁴. Таким образом, «ци» представляется силами проявления главных качеств космоса — Инь, Ян, Неба, Земли и Человека.

Применительно к медицине, о сущности жизненных сил имеется яркое рассуждение в семнадцатой главе раздела «Су-вэнь» канона «Нэй-цзин»: «Так свет сущности-цзин (в глазах) и пять цветов (на коже лица) отражают цветение жизненных сил-ци. Красный цвет пусть будет подобен киновари, просвечивающей сквозь белый шёлк, но не как красная охра. Белый цвет пусть будет подобен гусяному перу, но не цвету соли. Зеленый цвет пусть будет подобен свечению драгоценного нефритового диска «би», но не синеве

красителя индиго. Желтый цвет пусть будет подобен цвету редкого реальгара (сульфата мышьяка), завернутого в газовую ткань, но не желтой лессовой земле. Черный цвет пусть будет подобен густому чёрному лаку катальпы, но не праху. Если проявляются те цвета, которых быть не должно, жизнь человека не продлится долго. Ведь благодаря свету сущности-цзин (в глазах) для нас существуют мириады вещей, мы различаем белое и черное, отличаем короткое и длинное. Если же длинное мы принимаем за короткое, а белое принимаем за чёрное, значит сущность-цзин пребывает в упадке!»¹²⁵.

1. Классификация и производство ци

Существует ряд качественных терминов, которые классифицируют ци, в зависимости от ее источника, функции и распределения.

Изначально, в соответствии с принципом Инь-Ян, ци делится на истинную «чжэн-ци» и ложную «се-ци». Истинная, правильная «чжэн-ци» 正氣: в «чжэн» верхняя горизонтальная черта изображает Небо, Единое, Дао, а под ним помещается изображение ноги, следующей Высшим, правиль-

¹²³ 陽瘳憤盈，土氣震發（周語上，10）— Yáng dān fèn yíng, tǔqì zhèn fā. (Речи царства Чжоу, 1;6).

¹²⁴ 伯陽父曰：「周將亡矣！夫天地之氣，不失其序；若過其序，民亂之也。（周語上，10）— Bó yáng fù yuē: 'Zhōu jiāng wáng yǐ! Fū tiāndì zhī qì, bù shī qí xù; ruòguò qí xù, mǐn luàn zhī yě. (Речи царства Чжоу, 1;10).

¹²⁵ 夫精明五色者，氣之華也。赤欲如白裹朱，不欲如赭；白欲如鶴羽，不欲如鹽；青欲如蒼壁之澤，不欲如藍；黃欲如羅裏雄黃，不欲如黃土；黑欲如重漆色，不欲如地蒼。五色精微象見矣，其壽不久也。夫精明者，所以視萬物，別白黑，審短長。以長為短，以白為黑，如是則精衰矣。— Fū jīngmíng wǔsè zhě, qì zhī huá yě. Chì yù rú bái guǒ zhū, bù yù rú zhě; bái yù rú é yǔ, bù yù rú yán; qīng yù rú cāng bì zhī zé, bù yù rú lán; huángyù rú luó guǒ xiónghuáng, bù yù rú huángtǔ; hēi yù rú zhòng qī sè, bù yù rú de cāng. Wǔsè jīngwēi xiàng jiàn yǐ, qí shòu bùjiǔ yě. Fū jīngmíng zhě, suǒyǐ shì wànwù, bié bái hēi, shěn duǎn cháng. Yǐ zhǎng wèi duǎn, yǐ bái wèi hēi, rúshì zé jīng shuāi yǐ.

ным законам Дао. Противоположной формой ци является вредоносная «се-ци» 邪氣.



В левой половине иероглифа «се» изображены крепко стиснутые кусающие челюсти, символизирующие неповиновение власти и времени. Власть символизирует изображение яшмовой печати в правом нижнем углу рисунка, а на время указывает круг в верхнем правом углу. (Обычное изображение этого иероглифа такое — 邪). Виды вредоносной се-ци — это Жар, Холод, Влажность, Ветер и Сухость.

Истинная ци обозначается следующими терминами: первичная ци (чжэнь-ци, 真氣), изначальная ци (юань-ци, 原(元)氣), грудная ци (цзун-ци, 宗氣), питающая ци (ин-ци, 營(營)氣) и защитная ци (вэй-ци, 衛(衛)氣). В зависимости от своего источника, ци можно разделить на врожденную и приобретенную. Ян-ци, получаемая из врожденной эссенции (юань-цзин, 元精), и наследуемая от родителей, называется «ци Прошлого Неба» (сян тянь ци, 先天氣) или врожденная ци. После рождения цзун-ци, ин-ци и вэй-ци получают из питательной эссенции, поэтому они называются «ци Будущего Неба» (хоу тянь ци, 後天氣) или «приобретенные ци».

Производство и питание врожденной и приобретенной ци зависят

друг от друга. Янская ци стимулирует функциональную активность органов цзан-фу 臟腑 и связанных с ними систем тела, которые, в свою очередь, производят приобретенную ци. Таким образом, янская ци является материальной основой для получения приобретенной ци. С другой стороны, приобретенная ци постоянно питает и дополняет врожденную ци. В итоге, имеется взаимная связь: врожденная ци стимулирует приобретенную ци, которая, в свою очередь, питает врожденную ци.

Также, ци может описывать функциональную активность органов цзан-фу 臟腑 и каналов цзин-май 經脉. В таком случае говорится, например, о ци печени (гань ци, 肝氣), лёгких (фэй ци, 肺氣), селезёнки (пи ци, 脾氣), желудка (вэй ци, 胃氣) или ци органов (цзан фу чжи ци, 臟腑之氣). Об этом рассказывается далее, в соответствующих главах.

1) Первичная, основная ци (чжэнь ци, 真氣). Термин «первичная ци» может переводиться также — правдивая, собственная. «Чжэнь» — это обозначение даосского святого — «изначальный человек» (чжэнь жэнь, 真氣) или «невинный, наивный» (тянь чжэнь, 天真). По смыслу он почти совпадает с термином «изначальная ци» (юань ци, 原(元)氣). В современном языке этим же термином — «изначальные», называются стволовые клетки. Только следует понимать, что стволовые клетки в дальнейшем преобразуются в конечные клетки тканей, а «изначальная» ци продолжает существовать, скажем, как геном. Но если «изначальную ци» можно сравнивать с геномом,

то «первичная ци» — это, скорее, эпигеном или результат постоянной работы генома. Предполагается, что «первичная ци» — это активная (янская) энергия, формирующаяся на основе врождённой ци (сян тянь ци, 先天氣), которая нуждается в пополнении и питании со стороны ци, полученной после рождения (хоу тянь ци, 后天氣) из воды, пищи и воздуха. Янская ци берет начало в почке и распространяется по всему телу через три обогревателя (сань цзяо, 三焦). Она стимулирует функциональную активность органов цзан-фу 臟腑 и связанных с ними тканей. Чем больше янской ци, тем здоровее органы цзан-фу 臟腑 и связанные с ними ткани. Человеческое тело при этом здоровое и редко страдает от болезней. С другой стороны, врождённая недостаточность янской ци или ее недостаточность, вызванная длительной болезнью, может привести к различным патологическим изменениям.

2) Изначальная ци (юань ци, 原氣), от «источника» (юань, 源) В шестьдесят шестой трудности «Нань-цзин» (Канон о трудном, 難經) говорится: Под пупком между двумя почками происходит движение ци (дун ци, 動氣). Там находится сокровенная жизненность человека (шэнь мин, 生命), корень и основание всех его двенадцати каналов, называемая «источник» (юань, 原). «Три обогревателя» — принуждают изначальную ци (юань ци, 原氣) разделиться на три

ци, управляя движением каждой из них в каналах поочередно пяти органов-цзан и шести органов-фу. «Источник» — это еще и почетный титул «трех обогревателей». Поэтому места, в которых останавливается их ци, также называются «точки-источники». Если заболевают пять хранилищ-цзан и шесть чертогов-фу, необходимо использовать «источники»¹²⁶.

Таким образом, «изначальная ци» — это энергия, которая находится в области «движения ци» или «источника ци» спереди под пупком, а сзади — между почками. Это энергия рассматривается, как корень жизненности человека и основа всех его органов и каналов. В этой же трудности говорится, что в трех обогревателях изначальная ци представлена в трех видах. Под тремя ци чаще всего подразумевают сексуальную эссенцию-цзин 精 (в почках, в нижнем обогревателе), питающую-ин 營氣 (в селезенке, в среднем обогревателе) и защитную-вэй 衛氣 (в легких, в верхнем обогревателе). Можно также говорить, что «изначальная ци» 原氣 — это эссенция всей ци, таким образом, она ближе всего соотносится с эссенцией-цзин 精.

3) Грудная ци (сюн ци, 胸氣). В отношении этого вида ци, чаще используется термин «цзун ци» 宗氣, «цзун» означает — стержневой, корневой, родовой. Эта ци располагается в грудной клетке, поэтому мы даем ей

¹²⁶ 臍下腎間動氣者，人之生命也，十二經之根本也，故名曰原。三焦者，原氣之別使也，主通行三氣，經歷於五藏六府。原者，三焦之尊號也，故所止輒為原。五藏六府之有病者，取其原也。— Qí xià shèn jiān dòng qì zhě, rén zhī shēng mìng yě, shí'èr jīng zhī gēnběn yě, gù míng yuē yuán. Sānjiāo zhě, yuán qì zhī bié shǐ yě, zhǔ tōngxíng sān qì, jīnglì yú wǔ cáng liù fǔ. Yuán zhě, sānjiāo zhī zūn hào yě, gù suǒ zhǐ zhé wèi yuán. Wǔ cáng liù fǔ zhī yǒu bìng zhě, qǔ qì yuán yě.

название по месту локализации. Цзун-ци формируется из сочетания чистой ци (цзин-ци, 精氣) из воздуха, вдыхаемого лёгкими, и питающей-ци (ин-ци, 營氣), получаемой из пищи, которую производят селезенка и желудок. Цзун-ци накапливается в груди.

Ее основные функции это:

– Стимулировать функцию лёгких по контролю над дыханием. Сила или слабость речи и дыхания зависят от качества цзун-ци.

– Стимулировать функцию сердца по управлению кровью и кровеносными сосудами. Циркуляция ци и крови, холода и тепла, моторная деятельность конечностей и туловища связаны с цзун-ци.



4) Питающая (ин-ци, 營(營)氣). Формируется из ци эссенции пищи, производимой селезенкой и желудком. Ин-ци циркулирует по сосудам. Основная функция — производит кровь и циркулирует вместе с ней, обеспечивая дальнейшее питание органов и систем тела. Поскольку ин-ци и кровь тесно связаны, «питающая-ин и кровь» — это принятый термин для обозначения их совместных функций.

5) Защитная ци (вэй-ци, 衛(卫)氣). Название «вэй-ци» (оборонительная энергия) происходит от ее основной функции — защиты тела от внешних патогенных факторов. Изображение иероглифа: две руки растягивающие кожу (1); охранник, обходящий границу (2); полное написание (3–4); сокращенное написание (5)



甲文	金文	小篆	隶书	草书



Вэй-ци также производится из чистой энергии-ци пищи, но, в отличие от ин-ци, он циркулирует вне сосудов. Его функции — это защита поверхности кожи, мышц, защита тела от внешних патогенных факторов, контроль над открытием и закрытием пор, увлажнение кожи и волос, нормализация температуры тела и согревание органов цзан-фу 臟腑.

Как уже говорилось, цзан-фу 臟腑 и каналы имеют свои собственные ци. Происходя от ян-ци, цзун-ци, ин-ци и вэй-ци, эти жизненные силы-ци циркулируют по канальной системе. Они являются комбинацией ци пищевой энергии, воды, вдыхаемого лёгким воздуха (также обозначаемого термином ци 氣) и хранящейся в почках основной ци (чжэнь ци, 真氣). Таким образом, здоровые жизненные силы-ци организма обобщённо могут называться «истинной ци» (чжэн ци, 正氣). Этот термин обычно используется в качестве противопоставления «ложной, вредоносной ци» (се ци, 邪氣), которой обозначаются внешние болезнетворные факторы или биопатогены. Истинная ци каналов существенно влияет на функции крови, жидкости тела, органы цзан-фу, другие системы организма. Рассмотрим эти функции подробнее.

2. Функции ци

Жизненные силы-ци — невидимая, но наиболее существенная основа жизни. В организме нет такого места, куда ни проникали бы энергии-ци. Если движение ци прекратится, жизненная активность человеческого тела так-

же остановится. Обильная истинная или опорная чжэн-ци (正氣 — обобщенный термин для всех видов позитивной жизненной энергии тела) — это основа хорошего здоровья, а слабость ци — это прямой шаг навстречу болезни. Поэтому в восьмой главе канона «Нань-цзин» (Трудные вопросы, 難經) говорится: «Так, жизненные силы-ци — это корень и основание человека; если корень отрезан, то высыхают листья и стебли»¹²⁷. Ци, распределяемая по различным частям тела, имеет следующие функции:

1) Стимулирующая функция. Рост и развитие человеческого тела, физиологическая активность органов цзан-фу 臟腑 и каналов цзин-май 經脉, циркуляция крови и распределение телесной жидкости зависят от стимулирующей функции ци. Если ци недостаточно, значит будет ослаблена ее стимулирующая способность. Это приведет к задержке роста и развития, к замедлению деятельности органов цзан-фу 臟腑, к нарушению проводимости каналов, к ухудшению циркуляции крови, нарушению преобразования и распределения телесной жидкости, скоплению сырости и мокроты внутри тела. К стимулирующей функции ци следует отнести контроль за направлением движения — наружу из тела (функция вэй-ци), внутрь в тело (функция ин-ци), вверх (функция ци почек и печени), вниз (функция ци легких и желудка).

2) Согревающая функция. Нормальная температура тела поддержи-

вается и регулируется при помощи ци. В сорок седьмой главе раздела «Лин-шу» 靈樞 говорится: «Вэй-ци согревает мышцы». Недостаток Янского аспекта жизненных сил-ци означает ослабление согревающего действия ци. Это вызывает зябкость, озноб, холод в пояснице и в конечностях, «холод в пяти центрах».

3) Защитная функция ци относится к понятию «защитной ци» (вэй-ци, 衛氣). Эта ци защищает поверхность тела от внешних патогенных факторов. Однако защитные свойства относятся ко всей «истинной ци» (正氣, чжэн ци). В семьдесят второй главе раздела «Су-вэнь» 素問 говорится: «Наличие истинной ци внутри тела предотвращает внедрение патогенных факторов-се»¹²⁸. Также, ци борется с атакующими патогенными факторами, когда болезнь уже появилась, и способствует выздоровлению путём устранения результатов их влияния.

4) Ограничительная функция. Ци ограничивает, контролирует и регулирует некоторые телесные субстанции и продукты метаболизма. Например, ци контролирует кровь, поддерживая ее циркуляцию по сосудам, и ограничивает потоотделение, мочеиспускание и извержение семени. Так, ци удерживает пот, кровь и жидкости. Если вэй-ци ослаблена, она не контролирует поры и льется пот. Если ци почек и селезенки слабая, она не удерживает кровь в матке, возникают хронические маточные кровотечения.

Если ци мочевого пузыря и почек слабые, возникает недержание мочи, энурез, подтекание мочи, преждевременная эякуляция и истечение семени (сперматорея).

5) Активность ци (ци хуа, 氣化). Ци-хуа имеет два значения. Во-первых, это процесс взаимного преобразования эссенции-цзин, ци, телесной жидкости и крови. В пятой главе Прямых вопросов «Су-вэнь» 素問 говорится: «Ци поглощает эссенцию-цзин; цзин, преобразуясь, становится ци»¹²⁹. Это высказывание объясняет взаимное преобразование эссенции и ци.

Во-вторых, ци-хуа означает определённые функциональные процессы в органах цзан-фу 臟腑. Как говорится в восьмой главе «Прямых вопросов» «Су-вэнь» 素問: «Мочевой пузырь хранит телесную жидкость, которая выводится благодаря трансформации (активности) ци». Активность ци здесь относится к контролю функции мочевого пузыря по выведению мочи.

6) Питающая функция. Она относится к ин-ци, 營氣 — питающей субстанции, получаемой от пищи. Ин-ци циркулирует по кровеносным сосудам, является частью крови и обеспечивает питание всего тела.

Хотя данные шесть функций ци выделены отдельно, они взаимодействуют друг с другом и дополняют друг друга. Ци также тесно связана с кровью. В двадцать второй главе канона «Нань-цзин» 難經 говорится, что

¹²⁸ 正氣存內，邪不可干 — Zhèngqì cún nèi, xié bùkě gān

¹²⁹ 氣傷精，精化為氣 — Qì shāng jīng, jīng huà wéi qì

Ци-хуа — жизненные силы-ци трансформируются в кровь и эссенцию-цзин, а также обеспечивают специфическую функциональную активность каждого органа

¹²⁷ 故氣者，人之根本也，根絕則莖葉枯矣。 — Gù qì zhě, rén zhī gēnběn yě, gēnjué zé jīng yè kū yǐ

Защитная энергия (вэй-ци) — это иммунная функция организма, обеспечиваемая кровью, лимфой и тканевой жидкостью, которая осуществляется на клеточном и внутриклеточном уровне

ци и кровь участвуют в развитии заболевания: «характер пульса зависит от ци, а развитие болезни связано с кровью... ци управляет дыханием, а кровь управляет увлажнением; когда ци задерживается и не движется, значит, скоро возникнет заболевание ци; когда кровь застаивается, сгущается и перестает увлажнять, значит, заболевание уже возникло»¹³⁰.

Виды нарушений ци:

1) Ци в недостаточности (ци бу цзу, 氣不足), пустота ци (ци сю, 氣虛) — возникает в результате конституциональной слабости, хронических заболеваний и нарушений питания и образа жизни. Чаще всего определяется пустота ци селезенки и желудка, легких и почек.

2) Пустота изначальной ци (юань ци, 元氣) — это следующий этап опустошения ци, при котором наблюдаются качественно более серьезные синдромы — опущение органов, нарушение памяти, атрофии и дисфункции мышц. Чаще всего определяется в почках (в правой почке) и в селезенке.

3) Дисбаланс, застой и остановка ци. Проявляется чувством затруднения, заложенности и болями без четкой локализации. Определяется в печени, а также в любой части тела, в каналах и других органах, как болевой синдром.

4) Движение ци в обратном направлении (ни ци, 逆氣) — при симптомах одышки, тошноты, рвоты.



¹³⁰ 動者，氣也；所生病者，血也... 氣主响之，血主濡之。氣留而不行者，為氣先病也；血壅而不濡者，為血後病也。故先為是動，後所生病也。— Dòng zhě, qì yě; suǒ shēngbìng zhě, xuè yě... qì zhǔ xǔ zhī, xiě zhǔ rú zhī. Qì liú ér bùxíng zhě, wéi qì xiān bìng yě; xuè yōng ér bù rú zhě, wèi xuè hòu bìng yě. Gù xiān wéi shì dòng, hòu suǒ shēngbìng yě.

Есть небольшая разница в силе или тяжести между Недостаточностью ци (ци бу цзу) и Пустотой ци (ци сюй)

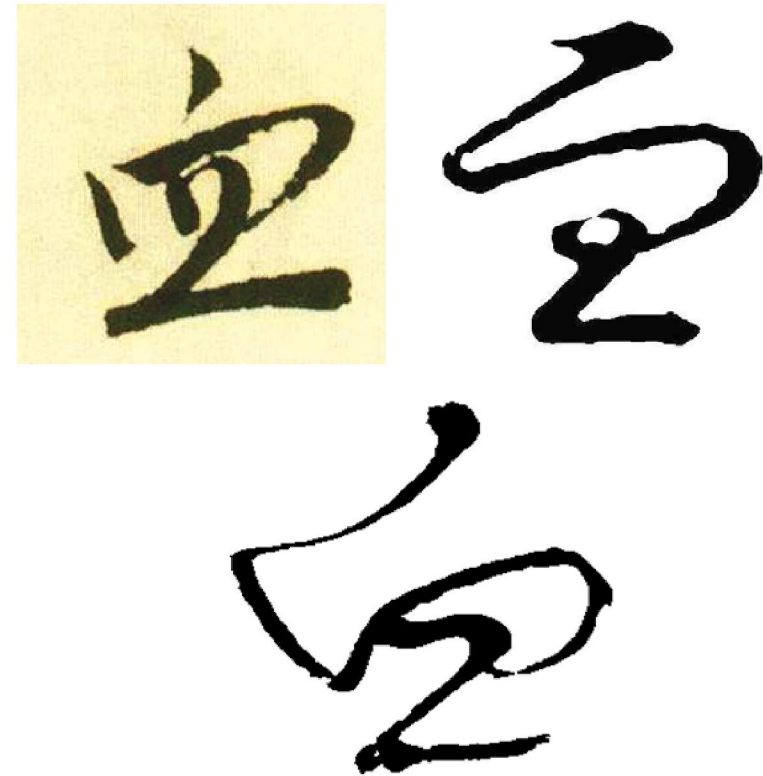


ТЕОРИЯ КРОВИ (СЮЭ, 血)

Кровь (сюэ, 血) — циркулирует по сосудам, обращается по всему телу, питает внутренние органы, кожу, сухожилия и кости, весь организм. При достаточном количестве крови дух человека крепкий, сознание ясное, в теле ощущается лёгкость. При недостаточности крови отмечается бессон-

ница, сердцебиение, нездоровый цвет лица.

Нарушение деятельности любого органа отражается на состоянии крови. Например, при заболевании селезёнки, она теряет свой контроль над кровью в сосудах, возникают кровотечения.



Изначально изображался священный сосуд с кровью для жертвоприношения

Кровь — это вид жизненной энергии, относящийся к категории Инь