



**НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЕ  
АСПЕКТЫ  
НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ**

**ЧАСТЬ ПЕРВАЯ**

**МОСКВА  
2003**

**ПИРЦ ЛОТАР,**  
директор центра Аюрведы, ФРГ



### **МАХАРИШИ АЮРВЕДА ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ СОВЕРШЕННОГО ЗДОРОВЬЯ**

Аюрведа — наука о долгой и здоровой жизни — древнейшая природная оздоровительная система, истоки которой берут своё начало на территории Гималаев. Число практикующих ее врачей постоянно увеличивается во всем мире. Благодаря ей современный человек учится брать на себя ответственность за свое здоровье и жить в согласии с законами природы. Махариши Махеш Йоги, всемирно признанный авторитет в области развития сознания, в сотрудничестве с ведущими индийскими врачами оживил знания Аюрведы в первоначальной и полной форме и связал их с последними достижениями современной медицинской науки. В течение

последних 35 лет проведено более 500 научных исследований программ Махариши Аюрведы, включая трансцендентальную медитацию, в 160 университетах и научно-исследовательских институтах 29 стран мира. Проведенные исследования убедительно подтверждают ценность этих методов для сохранения здоровья и окружающей среды. Здоровье в Махариши Аюрведе — это намного больше, чем устранение отдельных симптомов заболеваний. Полноценное здоровье достигается само по себе, если тело, душа и окружение находятся в гармонии. Человек, как нечто целое и исключительное, находится в центре внимания этого древне-



го метода лечения. Махариши Аюрведа включает 20 классических методов исцеления организма, которые помогают привести в равновесие основные аспекты человеческой жизни: сознание, тело и поведение по отношению к окружающим людям. Следствием этого является восстановление здоровья и обширная профилактика заболеваний. Всеиндийский Аюрведический конгресс, насчитывающий 300 тысяч аюрведических экспертов, признал Махариши Аюрведу наиболее полной, системной и соответствующей древним принципам. Она включает современные технологии, обладает наивысшим стандартом контроля качества и научно подтвержденными методиками.

**Панчакарма — древние очищающие процедуры — главная методика исцеления в нашей клинике**

Мы представляем один из самых высококачественных методов лечения в его классической форме. Панчакарма в переводе с санскрита, языка вед, означает «Пять действий» — пять терапевтических процедур, логически взаимосвязанных и дополняющих друг друга. Это уникальная методика лечения, включающая одновременно омоложение, профилактику и исцеление организма. Многие болезни, такие как аллергии, опухоли, возникают вследствие накопления токсинов в теле. Действуя благотворно и расслабляюще, процедуры активизируют внутренние силы самоисцеления и приводят к основательному и постоянному восстановлению организма. Гармония между душой и телом является основой повышения жизнерадостности и работоспособности. Есть две разновидности токсинов: водо- и жирорастворимые (гербициды, пестициды, тяжелые металлы). Водорастворимые токсины выводятся из организма с потом при занятиях спортом, в сауне, при голодании, жирорастворимые же оставались недоступными. Мы используем древнюю систему с применением обогащенных травами масел, тепловых и других очистительных процедур, которые растворяют и выводят жирорастворимые токсины из организма. Вследствие этого многие болезни исчезают, ум и тело быстро приходят в норму и начинают работать гармонично. Более 10 000 гостей нашей клиники более чем из 30 стран мира убедились за время её существования в эффективности процедур лечения и оздоровления под руководством ведущего врача Карин Пирц.

**Медицинские показания к лечению клиники Махариши Аюрведы в Бад Эмсе**

Омоложение и профилактика. Поднятие тонуса организма, омоложение, снижение вредного влияния стресса и зависимости от наркотиков и медикаментов, усиление иммунитета.

Вегетативные нарушения. Бессонница, беспокойства, страхи, приступы паники, невроз менеджеров, мигрень, головные боли.

Заболевания нервной системы. Рассеянный склероз, полиомиелит, тиннитус.

Нарушения сердечно-сосудистой системы. Повышенное давление, сердечная недостаточность, стенокардия, аритмия, нарушения кровоснабжения.

Женские заболевания. Нарушения менструального цикла, климактерические заболевания, миома матки, инфекции половой сферы.

Нарушения обмена веществ. Повышенный уровень холестерина и мочевины, диабет, подагра, ревматизм.

Нарушения желудочно-кишечного тракта. Все нарушения пищеварения, хронический понос, пищевые аллергии, хронический гастрит, язва желудка, геморрой.

Низкий и избыточный вес, все аллергические заболевания.

Заболевания суставов и позвоночника. Хронические суставные боли, артрозы, артриты, спастические заболевания мускулатуры, нарушения двигательного аппарата, ревматические поражения суставов, боли в позвоночнике.

Заболевания верхних дыхательных путей. Гайморит, фронтит, хронический бронхит, астма, сенная лихорадка.

Кожные болезни. Нейродермит, псориаз, экзема, угревая сыпь.

Реабилитация. Восстановление утраченных функций после сердечно-сосудистых и онкологических операций.

Болезни урогенитального тракта. Аденома простаты, хронический простатит, хронический цистит, дисфункции половых органов, нарушения репродуктивной функции.

**Классические методы лечения**

Различные виды лечения являются четко согласованными, взаимно поддерживают действие друг друга.

**Абхьянга.** Индивидуально предписанные синхронные масляные процедуры. Два массажиста одновременно плавно массируют пациента с использованием масла, специально подобранного в соответствии с его конституционным типом. Во время синхрон-



ного массажа из тканей организма мягко выводятся вредные вещества и яды, предварительно растворённые при проведении предыдущих мероприятий.

**Вишеш.** Интенсивный массаж всего тела, проводимый с усиленным давлением. Способствует глубокому расслаблению мышц и усилению кровообращения и, таким образом, освобождению мышечной ткани от токсинов.

**Гаршан.** Комбинированный масляный и сухой массаж.

**Удвартана.** Массаж с субстанциями, тонизирующими ткани тела.

**Пиццичилли.** В данной «королевской процедуре» проводят плавный синхронный массаж под струёй текущего тёплого масла, обогащенного травяными добавками. Хорошие успехи достигнуты при заболевании суставов и перенапряжении мышечного тонуса.

**Сведана.** Паровая процедура с избранными лечебными травами. Способствует быстрому освобождению организма от шлаков.

**Басти.** Осторожное микровливание масел, оказывающих на кишечник очищающее, успокаивающее или питающее действие.

**Широбасти.** Процедура с лечебными маслами, оказывающая успокаивающее и гармонизирующее действие на голову.

**Насья.** С ее помощью устраняются головная боль, бессонница, хронические воспалительные процессы в носоглотке, нарушение памяти или беспокоящий шум в ушах.

**Нетра Тарпана.** Расслабляющая процедура для глаз и окологлежущих тканей. Показана при заболеваниях глаз. Проводится в сочетании с массажем лица.

**Пинда Свед.** Лечение локальных болей массажем с помощью маленьких льняных мешочков, наполненных специально приготовленным содержимым, а также высокоэффективными лечебными маслами Махариши Аюрведы, которые снижают боли в поражённых частях ткани.

#### Научно подтвержденные результаты Махариши Аюрведы

Выписки более чем из 700 различных научных трактатов, опубликованных большей частью в специальных медицинских журналах.

Снижение расходов страховых компаний на медицинское страхование во всех возрастных категориях и при всех категориях болезней.

Повышение иммунитета.

Снижение частоты хронических заболеваний, таких как псориаз, хронические запоры, астма, мигрень, головные боли, экзема, хронический синусит (гайморит, фронтит), сахарный диабет, ревматические заболевания, нарушения сна (данные научного исследования одной из нидерландских компаний медицинского страхования).

Снижение частоты заболеваний сердечно-сосудистой системы, таких как артериосклероз, высокое давление, ишемическая болезнь сердца, включая снижение уровня холестерина и свертываемости крови (профилактика инфаркта и инсульта).

Снижение уровня сахара в крови при приобретенном диабете.

Положительные результаты при адьювантном лечении рака: снижение частоты побочных реакций после химиотерапии, метастазирования и роста злокачественных опухолей.

Уменьшение количества свободных кислородных радикалов (активных химических соединений), в 100-1000 раз большее, чем при других способах лечения.

Снижение уровня мочевой кислоты в кровяном русле.

Повышение сопротивляемости организма против ядохимикатов окружающей среды и балластного питания.

Научно подтверждаемое биологическое омоложение и восстановление жизнеспособности.

Повышение уровня общей продуктивности и субъективного самочувствия.

Улучшение психофизиологических параметров.

Способы лечения Аюрведой обсуждались Хуфеланд-обществом общей медицины Германии и Объединенным обществом врачей биологической медицины со ссылкой на «Научные исследования». Они были включены в Хуфеланд-Манхеймер-перечень лечебных методик биологической медицины, в который вносятся только способы лечения, отвечающие требованиям решения Верховного суда ФРГ от 23.06.1993. К ним относятся:

- необходимость лечения;
- применение только таких диагностических и лечебных способов и средств, которые успешно показали себя;
- кроме проверки и практического внедрения, методы и средства лечения должны как минимум достигать результатов классической медицины;
- применение способов лечения биологической медицины (естественные способы целительства, оздоровительные терапевти-



ческие направления) не должно быть дорожке использования аналогичных методов классической медицины.

Лечение Махариши Аюрведы полностью удовлетворяет всем указанным требованиям.

Совместно с одной из нидерландских медицинских страховых фирм проведено медицинское обследование 126 больных, которые на протяжении 20 лет страдали теми или иными хроническими заболеваниями до начала курса лечения препаратами Махариши Аюрведы. Уже через 3 мес. наблюдалось выраженное улучшение здоровья. Препараты и курс лечения воспринимались пациентами без побочных явлений (Нидерландский журнал целостной медицины, 1989).

Новейшие научные исследования подтверждают очищающее действие аюрведического лечения Панчакармы — способность выводить токсичные вещества из организма (полихлоридобифиниды — ПХБ).

Комиссия Евросоюза сообщила в 2001 г., что в 85% из 40 000 видов продуктов питания, взятых на пробу, находились следы средств борьбы с вредителями (инсектициды). В половине из них были превышены границы допустимых параметров. С обычными продуктами питания, а также при дыхании и через кожу в организм постоянно попадает огромное количество химических веществ примерно из 100 000 видов промышленных отходов. Это имеет негативные последствия, так как большинство современных экологических ядов откладываются в жиросодержащих структурах организма и становятся бомбой замедленного действия для здоровья. Аллергии, заболевания печени и кожи, различные формы рака, нервные заболевания, уродства, ослабление иммунной системы, гормональные нарушения, вплоть до бесплодия, могут быть связаны с экологическими ядами. Ученые Университета менеджмента Махариши (Фейрфилд, США) под руководством Роберта Херрона и специальная лаборатория Университета в Колорадо смогли доказать, что при помощи Панчакармы можно выводить экологические яды из организма. Они также определили, что уровень отравления населения ядами окружающей среды достиг «тревожно высокого» уровня. Например, ПХБ и пестициды чрезвычайно долго депонируются в организме и, по мнению экспертов, более чем у 30% населения вызывают экологические болезни. При помощи Панчакармы этот риск значительно снижается. В ходе исследования установлено, что уже через несколько дней процедур комплексные яды выводились из организма.

Аналогично действующее лечение до сих пор не известно. «Это первый опубликованный научный трактат, доказывающий, что посредством естественного способа очистки можно снизить уровень ядов, являющихся причинами болезней», — подводит итог доктор Херрон.

На 8-м конгрессе Международного колледжа психосоматической медицины в Чикаго (США) было представлено исследование, показавшее биологическое омоложение группы добровольцев в среднем на 4,8 года после 10 мес. следования Профилактической программе Махариши Аюрведы.

После недельного курса лечения Панчакармы Махариши Аюрведы медицинское обследование 142 больных показало положительные изменения здоровья и общего самочувствия.

В течение 5 лет проводилось исследование застрахованных в одной из страховых компаний Нидерландов, общее число клиентов которой составляло более 600 тысяч человек. Оказалось, что 2000 медитирующих обращались к врачам за это время в 2 раза меньше, чем остальная группа застрахованных. В случае сердечных заболеваний уменьшение числа обращений составило 87%. Это привело к тому, что страховые фирмы в различных странах снизили размер страховых взносов для медитирующих на 20-30%.

#### **Панчакарма снижает риск заболеваемости инфарктом**

После курса Панчакармы значительно снижается уровень холестерина в крови. Исследования Фрайбургского университета Германии дали этому научное подтверждение. Во время очистительного курса Махариши Аюрведы наблюдали 130 пациентов, уровень холестерина у которых был критически высоким. На протяжении 14 дней содержание общего холестерина в крови снизилось с 203,5 до 179,5 мг%. Даже уровень особенно опасного для стенок сосудов 101-холестерина снизился на 8,7%. Тем самым значительно понизился риск инфаркта и склонности к заболеваниям сердца на 17,8% — это выявил автор исследования докт. мед. наук Райнар Вальдштутц.

Одновременное анкетирование показало повышение общего самочувствия и значительное улучшение во всех сферах жизни. В течение 2 нед. пациенты были менее возбужденными и агрессивными, менее эмоциональными, более спокойными в чувствах, открытыми, охотнее общались с другими людьми и проявляли усиленное чувство радости при личных достижениях.