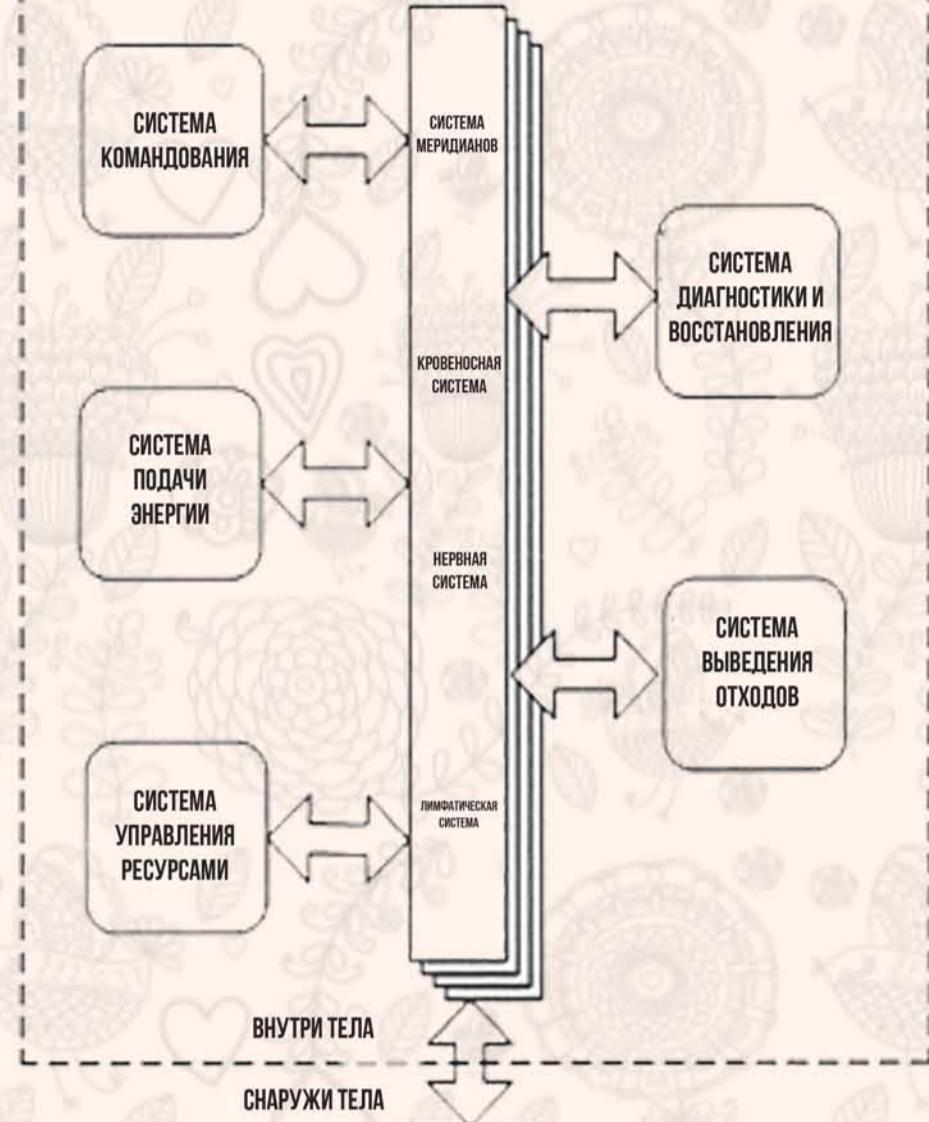


# ИНФОГРАФИКА ДЛЯ КУРСА

## «ПЯТЬ СЕКРЕТОВ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ ДЛЯ БЫСТРОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ОМОЛОЖЕНИЯ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ»

## ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА КАК СИСТЕМА



### Схема структуры человеческого организма

**Система командования.** Главной составляющей системы является мозг, который отвечает за мыслительный процесс и руководит функциями организма. Однако деятельность внутренних органов регулируется отнюдь не мозгом. Система командования посредством нервной системы направляет сведения о состоянии каждой части тела в мозг и передает команды мозга в каждую часть тела, что позволяет организму быстро реагировать на внешние раздражители.

**Система подачи энергии.** Система подачи энергии человека образована системой пищеварения, которая преобразует продукты питания вгодное к переработке сырье. Затем, когда человек находится в состоянии глубокого сна, система кроветворения производит из сырья кровь и по кровеносным сосудам доставляет энергию ко всем органам и тканям. Таким образом, система подачи энергии состоит из нескольких агрегатов: системы пищеварения, системы кроветворения и кровеносной системы.

**Система управления ресурсами.** В организме человека, как и в компьютере, явно присутствует программа управления ресурсами, хотя сегодня мы не знаем, какая часть организма является ее носителем — «железом». Тем не менее эта программа постоянно и эффективно регулирует ресурсы организма. При нехватке энергии она может трансформировать ресурсы, хранящиеся в другой форме, и поставить их для срочного использования.

**Система диагностики и восстановления.** Всем нам доводилось поранить руку или ногу. Врачи в таком случае обрабатывают рану йодом или спиртом, в серьезных случаях делают противовоспалительную инъекцию. Такие меры направлены на то, чтобы предотвратить воспаление. За заживление раны и восстановление тканей отвечает сам организм.

**Система выведения отходов.** Обменные процессы непрерывно протекают во всех частях организма, в каждой его клетке, и также непрерывно происходит выброс отходов. Система меридианов бесперебойно обеспечивает транспортировку отходов.

**Периферийная система.** Периферия состоит из четырех конечностей, кожи, половых органов, то есть тех органов, которые находятся снаружи. С точки зрения китайской медицины, проблемы периферийных органов напрямую связаны с проблемами внутренних органов.

### Пять уровней энергетического статуса организма



**I. Уровень здоровья.** На этом уровне все органы и системы пребывают в гармонии. Признаки этого уровня: тело хорошо развито и пропорционально, кожа лица розовая и гладкая, характер спокойный, образ жизни правильный (режим труда и отдыха сбалансирован). Так как на этом уровне защитные способности организма очень высоки, болезни нелегко попасть в организм. Йогу, могут поддерживать данное состояние организма до глубокой старости.

**II. Уровень «недостаток Ян».** В китайской медицине термином «ян» обозначают ежедневно воспроизводимую энергию. Диагноз «недостаток Ян» означает, что организм воспроизводит недостаточно энергии в течение суток, чтобы поддерживать оптимальное функционирование организма. Данный уровень энергии несколько ниже оптимального. Защитные способности организма на этом уровне снижаются и болезни уже на пороге. Но в организме еще достаточно энергии, чтобы справиться с непрошенными гостями, и в разных частях и органах тела идут настоящие сражения с агрессорами, проявляющиеся теми или иными симптомами.

**III. Уровень «недостаток Инь».** В китайской медицине термином «инь» обозначают накопленные (или так называемые стратегические) запасы энергии. Диагноз «недостаток инь» означает, что организм начинает использовать стратегические запасы энергии, потому что воспроизводимой энергии поступает так мало, что ее уже не хватает на поддержание основных процессов жизнедеятельности. Недостаток энергии приводит к сбою систем самодиагностики и восстановления. На этом этапе, если вторгшаяся в организм болезнь или повреждение внутреннего органа не несет непосредственной угрозы для жизни, организм может отложить восстановительные работы до лучших времен. Энергии в нем хватает только для поддержания ежедневных нужд.

**IV. Уровень «недостаток Ян и Инь».** Если энергия продолжает бездумно расходоваться, а ее запасы не пополняются, то организм начинает АКТИВНО пожирать стратегические запасы энергии. В этот период человек часто испытывает упадок сил, плохое настроение. На этом уровне для получения необходимой энергии организм может начать «добывать» ее из мышечной или другой ткани. Зачастую, на этапе, когда запасы энергии подходят к концу, усиливающееся с каждым днем чувство усталости и нежелание вести активную деятельность могут заставить человека отдохнуть и набраться сил, так срабатывают защитные силы организма, которые до конца продолжают бороться за наше выживание.

**V. Уровень «истощение энергии».** Когда пополнение запасов по какой-то причине не происходит, энергетический статус продолжает снижаться и доходит до уровня, который в китайской медицине называется «Истощение Инь и Ян», то есть запасы энергии использованы и не пополняются. Развивающиеся на данном этапе болезни — это очень серьезные болезни, так как организмом уже потеряна даже способность контролировать

Падение энергетики обычно происходит достаточно медленно, каждый этап может продолжаться десятилетиями.

А вот повышение энергетического уровня может происходить достаточно быстро — буквально за несколько месяцев. Практически хватает одного месяца правильного образа жизни, чтобы человек почувствовал благотворные результаты — сил прибавится, настроение улучшится.

Через четыре-пять месяцев вы сами себя не узнаете, будете удивлять близких здоровым видом. За год правильного образа жизни большинство людей могут поднять энергетику своего организма до уровня «недостаток Ян» **при помощи простых методов китайской медицины**.

### Как падает и растет уровень энергии

