

༄༅། དབྱུག་བཅོས་མན་ངག་ཐོར་བཏུས།

Собрание отдельных наставлений по
югчо – лечению палочками.

དང་པོ། དབྱུག་བཙོམ་ནད་གདོན་ཀུན་སེལ།

1. Югчо – лечение палочками, устраняющее болезни и негативные влияния ДОН.

བུར་མཁའ་བ་མཉམ་ཉིད་དོ་རྗེ།
Зуркхарпа Ньямньюд Дордже

མན་ངག་བྱེ་བ་རིང་བསྐལ་ལས།

Из трактата «Меннгаг Джева Ринсел»¹:

ནམོ་མཐོ་གུར་ལ། ལྷན་གྱི་ལྷ་དང་སྤྱན་རས་གཟིགས། ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཀུན་ལ། འབྲལ་མེད་སྤྱི་བོར་ཏྲག་རོལ་ཅིག།
ནད་གདོན་དབྱུག་པའི་མན་ངག་གི། ཅུང་དང་མི་ཅུང་གདབ་ཐབས་ལོག་གཞོན་བཞི།

Намо маха гуная! Пусть над макушкой головы вечно играют неразделимые друг от друга Оргьенпа и Дакини мудрости, Божество медицины и Аварокитешвара! [Здесь] записаны наставления по палочкам против болезней и негативных влияний *дон*² в четырёх пунктах: показания и противопоказания, техника постукивания и устранение осложнений.

¹ *Man ngag bye ba ring bsrel pod chung rab 'byams gsal ba'i sgron me* – «Светильник, проясняющий бесчисленные тексты, полные миллионов наставлений подобных реликвиям».

² *gdon*

པ།

ཐུང་བ་བད་རླུང་གང་ནད་ཀུན་ལ་བསྟན།

Показания. Рекомендуются при болезнях *бекен*³ и *лунг*⁴ и всех болезнях холода.

མི་ཐུང་ཁྲག་མཁྲིས་ཚ་བའི་ནད་རྣམས་དང་། །དབང་པའི་སྒོ་ལྔ་མཁུར་བ་རྩེའུ་རྒྱུང་། །རྩུ་མ་ལྷེ་བ་འཕར་རྩ་ཉ་
བཞི་རྗེན། །སློག་མཐེལ་སྤལ་ནག་བཞག་ཤ་གསང་གནས་དང་། །སྤྱག་པོ་གསུམ་དང་མཆེར་སྤེང་སྤང་བར་བྱ། །

Противопоказания. Следует отказаться от этой процедуры при болезнях крови и *трипа*⁵, т.е. болезнях жара, на вратах органов чувств⁶, скулах, проекции сосуда *цечунг*⁷, на молочных железах, пупке, над артериями, на четырёх мышцах *нья*⁸, над *менбу*⁹, на лопатке, области *балнаг*¹⁰, областей *шагца*¹¹, области гениталий, области трёх мугпо и на проекции селезёнки.

པ།

གདབ་ཐབས་སྔ་ལྷག་སྤུ་གང་སྔ་ལྷེ་པ། །རྩེ་མོ་བ་ལུང་ཐོ་བ་བྱ་སྒོང་ཅམ། །འཇམ་ལ་རླུམ་པ་ཉྱ་ཏུ་བཅང་བར་བྱ།

Техника постукивания. Всегда следует использовать хлыст длиной один локоть тонкий и гибкий с гладким и округлым молоточком размером с птичье яйцо из рододендрона на конце.

།གདབ་ཏུས་རང་ཉིད་བེའུ་ཡི་སྐྱ། །བཞེངས་པའི་རྩུལ་གྱིས་ཕྱག་གཡས་དབྱུག་ཉོ་བསྐྱམས། །གཡོན་པས་བདུད་
རྩེས་བཀང་བའི་རླུང་བཟེད་བསྐྱམས། །མཚན་དཔེས་རབ་བརྒྱན་ནམ་མཁའི་མདོག་ལྟར་བསྐོམ། །ཕྱགས་ཀའི་རྩྭ་
དང་དབྱུག་པའི་འོད་ཟེར་འཕྲོས། །སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་སྤོན་གྱི་བཅུད་ཐམས་ཅད། །བསྐྱུས་ནས་བདག་དང་
དབྱུག་པ་ཉིད་ལ་ཐིམ། །དབྱུག་པ་དེ་ཉིད་འོད་དུ་བྱུ་བ་ལས། །ཨ་ཏུ་རྣམ་རྒྱལ་རྗོང་པོ་བཅས་པར་གྱུར། །དེ་ལས་

³ bad kan

⁴ rlung

⁵ mkhris pa

⁶ т.е. отверстиях

⁷ rtse chung (букв. малое остриё) – наружная ярёмная вена

⁸ nywa bzhi - плечелучевые мышцы обеих рук и икроножные мышцы обеих ног

⁹ rmen bu

¹⁰ sbal nag – прямые мышцы бедра, особенно место на 4 сор выше коленного сустава

¹¹ mchen khung bzhag sha dkar и mchen khung bzhag sha nag - в районе подмышечной впадины по два вида мышц справа и слева, первая - это брюшная часть большой грудной мышцы, вторая – широчайшая мышца спины;

འོད་འཕྲོས་ནད་གདོན་མ་ལུས་ཀུན། །བཀུག་ནས་བརྒྱུང་བའི་དམིགས་སུ་ཚུད་པར་བསམ། །རླུང་དུས་(ཨྀ་གུར་
བླུང་བྲལ་འཇ་སོགས་བགྲངས་ལ་བརྒྱུང་།)ཐལ་བ་རླལ་ཕན་བཞིན་དུ་བསམ། །

Во время постукивания представляйте себя с телом цвета сапфира, правой рукой вы держите палочку, а левой – чашу полную нектара. Медитируйте, что ваше тело, украшенное совершенными знаками Будды, цветом подобно небу. Из слога ХУНГ в вашем сердце и палочки излучается свет и сущность всех Будд, Бодхисаттв и лекарств собирается и впитывается в вас и палочку. Сама палочка растворяется в свете и превращается в веточку победоносного миробалана (*a ru mtam rgyal*). Представляйте, что она также испускает сияние, которое входит в те места, где вы постукиваете, связывает болезни и негативные влияния *дон*. Во время постукивания повторяйте мантру ОМ ГУРУ БЕЙДУРЬЯ ПРАБХА РАДЗА¹² и т.д. и представляйте, что [все болезни и негативные влияния *дон*] разбиваются в пыль.

དང་པོ་དོན་སྣོད་གསང་ལ་བསྐྱུན་པ་ནི།

Первое, цель воздействия на точки плотных и полых органов.

ཨམ་སྟོང་ཚེགས་པ་དང་པོ་རླུང་གི་གསང་། །འཕྲོ་འདར་རླུང་ལོག་ཁ་མཆེལ་སྐམ་པ་དང་། །ཕྲག་གོང་ན་དང་སྐད་
འགགས་ལག་པ་འཁུམས། །སློ་མང་སློ་གཙོང་ལུས་ཤེད་ཚུང་བ་དང་། །ལུས་ལྗིད་རླུང་གི་ནད་ལ་ཕན་པར་བྱེད།

Первый позвонок¹³ – точка *лунг*. Помогает при беспокойстве, дрожи, высыхании слюны из-за разворота *лунг*, болях в плечевом поясе, потере голоса, скрючивании рук, частом кашле, истощающей болезни лёгких *лочонг*¹⁴, когда мало сил, тяжесть в теле и болезнях *лунг*.

གཉིས་པ་མཁྲིས་གསང་མ་ལྷ་མིག་སེར་དང་། །མཁྲིས་ནད་གང་བ་མ་ལུས་སེལ་བར་བྱེད།

Второй – точка *трипа*. [Воздействие на неё] устраняет нарушение пищеварения *мажу*¹⁵, пожелтение глаз и все без исключения холодные болезни *трипа*.

གསུམ་པ་བད་ཀན་གསང་སྟེ་གང་རླུང་དང་། །སྐད་འཛོར་ན་བ་འོན་ནམ་སྐྱུག་པའི་ནད། །དང་ག་མི་བདེ་སེལ་
བར་བྱེད་པ་ཡིན།

Третий – точка *бекен*. [Воздействие на неё] устраняет холод *лунг*, першение в горле, снижение слуха, рвоту и плохой аппетит.

¹² то есть длинную мантру Будды Медицины

¹³ Здесь и далее приводится нумерация позвонков по тибетской системе, где первым считается седьмой шейный позвонок.

¹⁴ *glo gcong*

¹⁵ *ma zhu*

ཁམ་མེད་ལྷོ་མ་ལོག་སྟོང་རྒྱུ་གི་གསང་། ཁང་རྒྱུ་སྟོང་འཚངས་ལུང་པ་ནག་ལ་ཕན།

Четвертый – точка материнских долей лёгких и *лунг* верхней части тела. Помогает при чувстве распирания в верхней части тела из-за *бекен* и *лунг* и тёмной мокроте.

ལྷ་པ་སྟོ་བུ་མཁེས་པ་སྟོ་ལ་ཞུགས། ལྷས་¹⁶་སེར་བྲང་རྒྱབ་ནང་དང་སྟོ་ནག་ཕན།

Пятый – точка сыновних долей лёгких и внедрения *трипа* в лёгкие. Помогает при мокроте жёлтого цвета, болезнях, [проявляющихся] в груди и спине и гное в легких.

འབྲུག་པ་སྟོག་ཚའི་གསང་སྟེ་སྟོང་གི་ནང་། ཁ་ལ་འཚངས་སྐྱམ་བརྒྱལ་འདར་དབྱགས་མི་བདེ། རྒྱུང་གིས་སྐྱར་བོར་སོང་དང་སྟོང་ནང་སེལ།

Шестой – точка канала жизни *согца*¹⁷. [Воздействие на неё] устраняет болезни сердца, чувство распирания в [сердце], обмороки, дрожь, одышку, сутулость из-за *лунг* и болезни верхней части тела.

འདུན་པ་སྟོང་གསང་འཕྱོ་འདར་སྟོ་འཕོག་དང་། སྟོང་ནང་ལྷངས་པའི་ནང་ལ་ཕན་པ་ཡིན།

Седьмой – точка сердца. Помогает при беспокойстве, дрожи, сумасшествии и бреде, болезнях верхней части тела и панике.

ཁབ་རྒྱུད་པ་མཚན་ངོ་སྟོ་འགྲམས་མཚན་མཁེས་ལ། ཁང་རྒྱུ་ཞུགས་ནས་མིག་འགྲིབ་རབ་རིབ་དང་། ལྷས་འགྲུལ་མི་ཤེས་མཚན་པ་དགྲེ་དགྲེ་དཀའ། ཇི་སོགས་མཚན་པའི་ནང་ལ་ཕན་པར་བྱེད།

Восьмой - точка диафрагмы и повреждения лёгких. Помогает при нарушениях и снижении зрения из-за внедрения *бекен* и *лунг* в печень и желчный пузырь, невозможности пошевелиться, трудности в сгибании и разгибании из-за печени и подобных болезнях печени.

འདུག་པ་མཚན་གསང་མཚན་རྒྱས་མཚན་པ་འཁོར། སྟོང་སྐྱུག་རྒྱུང་མིག་མི་མཐོང་ལྷ་སྐྱར་སྐྱུག་འདུ་ལྷ་སྐྱུ་ཐབ་འོར་དང་ཤ་རྒྱས་སེལ།

Девятый – точка печени. [Воздействие на неё] устраняет увеличение печени, дискомфорт в области печени, пустую рвоту, близорукость, кислую отрыжку, *мучху*¹⁸, *кьябаб*¹⁹, *ор*²⁰ и полноту.

¹⁶ вероятно должно быть ལུང

¹⁷ *srog rtsa*

¹⁸ *dmu chu*

¹⁹ *skya rbab*

²⁰ 'or

འབུ་པ་མཐོམ་གསང་ཕོ་མཐོམ་བབས་སྐྱུག་སེལ། །ཤ་སེར་དང་ག་འགགས་ལ་མཚོག་ཏུ་བཤད།

Десятый – точка желчного пузыря. [Воздействие на неё] устраняет рвоту из-за попадания желчи в желудок. Говорится, что это лучшая точка для устранения желтухи и плохого аппетита.

འབུ་གཅིག་མཚེར་གསང་རྩི་ཚུ་འགགས་པ་དང་། །གདོང་ལ་བྱེ་མ་ཁོང་འཕྲོག་མཚེར་སྐྱན་ནད། །མཚུ་སྐྱངས་ཕོ་
ནད་མ་ལུས་སེལ་བར་བྱེད།

Одиннадцатый – точка селезенки. [Воздействие на неё] устраняет задержку мочи, пигментные пятна на лице, урчание в кишках, опухоли *трэн*²¹ селезенки, опухание губ и все без исключения болезни желудка.

འབུ་གཉིས་ཕོ་གསང་ཕོ་ནད་སྐྱུག་དང་གཟེར། །མ་ལུ་བད་རྒྱུ་སྐྱན་ནད་སེལ་བར་བྱེད།

Двенадцатый – точка желудка. [Воздействие на неё] устраняет болезни желудка, сопровождающиеся рвотой и болью, нарушение пищеварения *мажу*, болезни *бекен* и *лунг*, опухоли *трэн*.

འབུ་གསུམ་བསམ་སེའི་གང་རྒྱུ་བྱ་བྱུ་འཇོག་། །འཕྲུ་དང་དམུ་ཚུ་དོན་སྣོད་སྐྱི་ལ་ཕན།

Тринадцатый – точка *самсеу*²². Помогает при холоде *лунг*, истечении семени или крови, поносе, *мучху* и в целом всем плотным и полым органам.

འབུ་བཞི་མཁལ་གསང་མཁལ་གནས་མཚོན་བྲག་བབས། །སྐྱུར་བོར་སོང་དང་ཚོགས་པ་བྱི་ལ་དོན། །འཛིན་པ་ན་
དང་མཁལ་མའི་ནད་ལ་ཕན། །གཡས་གཡོན་ཚོན་རེ་དེ་བཞིན་ཕན་བར་ངེས།

Четырнадцатый – точка почек. Помогает при падении печёночной крови в область почек, сутулости или выпирании позвонков, боли в пояснице и болезнях почек. Также наверняка будет полезно [прорабатывать точки, отстоящие] на один *цон* вправо и влево.

འབུ་ལྔ་སྐྱི་གསང་དོན་སྣོད་ཀུན་ལ་ཕན།

Пятнадцатый – общая точка, полезно для всех плотных и полых органов.

²¹ *skran*

²² *bsam se'u*

ཁུ་བུ་གཞི་གསང་ལུ་འཁྲོག་སྲིན་ནད་དང་། རྫོང་ཚུང་དང་ག་མི་བདེ་སྐྱོན་ལ་ཕན།

Шестнадцатый – точка толстой кишки. Полезно при урчании, болезнях *синбу*²³, малом количестве тепла, плохом аппетите и опухолях *трэн*.

ཁུ་བདུན་ཚུ་ལོང་འཁྲོག་འཁྲུགས་ཀུན་ལ་ཕན།

Семнадцатый. [Воздействие на него] помогает при всех видах урчания в кишках.

ཁུ་བརྒྱད་སྐང་གསང་ཚུ་ཁ་སྲ་སྟེ་དང་། ཟུག་དང་སྐང་བའི་ནད་ལ་ཕན་པ་ཡིན།

Восемнадцатый – точка мочевого пузыря. Помогает при частом или чрезмерном мочеиспускании, болях и болезнях мочевого пузыря.

ཁུ་དགུ་ཁུ་བའི་གསང་སྟེ་ཁུ་སྲག་འཇོག་། འཁྲུ་དང་གྲང་བས་ཚུ་ཁ་སྲ་བ་སེལ།

Девятнадцатый – точка семени. [Воздействие на неё] устраняет истечение семени и крови, понос и учащённое мочеиспускание из-за холода.

ཉི་ཤུ་ཐུར་སེལ་ཚུང་སྐྱའི་གསང་ཡིན་པས། རྩེན་མི་ཐུབ་དང་འགགས་པ་ལྷ་མཚན་མང་། ཁ་བོན་བུ་ཅུ་མི་སྐྱོན་སེལ་བར་བྱེད།

Двадцатый – точка врат нисходящего *лунг*²⁴. Поэтому [воздействие на неё] устраняет задержку или затрудненное отхождение стула, обильные менструации, несозревание семени или невынашивание.

ཉི་ཤུ་མན་ལ་གཅིག་དང་ཡན་ལ་བཞི། ཉེར་གཅིག་སྟོང་འཚངས་ཐུར་སེལ་འགགས་ལ་ཕན། དཔུན་བཞི་མིང་འཚུས་སྐད་འགགས་ཚུང་ལ་དེག།

Двадцать [позвонок туловища], один ниже и четыре выше. [Воздействие на] двадцать первый помогает при распирании верхней части тела и перекрывании нисходящего *лунг*. А на четыре верхних – разрушает болезнь *мидчху*²⁵ и потерю голоса.

འོག་ཏུ་ཉེར་གཉིས་འབྲུམ་བའི་ནད་ལ་ཕན།

Ещё ниже двадцать второй позвонок. Помогает при болезни *друмпа*²⁶.

²³ *srin nad*

²⁴ *thur sel lung*

²⁵ *mid 'chus*, другое название болезни *бекен гулгаг* (*bad kan mgul 'gags*)

འཁྲུང་གསུམ་པོ་མའི་མཚན་མ་ལྷག་ལ་ཕན།

[Воздействие на] двадцать третий помогает при выпадении половых органов у мужчин и женщин.

འཁྲུང་བཞི་ཕྱེན་དང་ས་བོན་ནད་ལ་ཕན།

[Воздействие на] двадцать четвертый помогает при нарушениях в стуле и семени.

སྐྱལ་ཚོགས་ཐོག་ནས་(དང་པོ་ཚོན་རེ་བུ་སྣོད་གཉེན་པས་སྤང་།)གཡས་གཡོན་ཚོན་དོ་སར། གོང་ལྟར་ཕན་ཡོན་ཆེ་བའི་གསང་རེ་ཡོད། །

Воздействие на точки, лежащие на два *цон* вправо и влево от выступа остистого отростка усиливает вышеописанное влияние соответствующих точек. Но следует избегать воздействия на точки отстоящие от первого на один *цон*, поскольку это вредит матке.

དེ་ནས་བྱང་ཁོག་མདུན་གྱི་གསང་རྣམས་ནི།

Далее точки передней поверхности тела.

ཨོལ་མའི་སྤོང་ན་སོག་རྩའི་མདུན་གསང་སྟེ། སྤོང་འཆུས་དབྱགས་འཚངས་སྟོ་དང་སྐྱུག་པའི་ནད། །དངངས་འདར་དབྱགས་མི་བདེ་བ་སེལ་བར་བྱེད།

Точка канала жизни *soqca* на передней поверхности шеи. [Воздействие на неё] устраняет чувство сдавливания в области сердца²⁷, ощущение распирания и нехватки воздуха, болезни лёгких и рвоту, панику, дрожь и одышку.

སྐྱོག་རུས་ལྷག་ཅེས་བྱ་བ་མཛིང་མཚམས་ན། སྟོད་འཚངས་ནད་ལ་དལ་བྱས་བསྐྱུན་པས་ཕན།

Точка *sgrog rus phug* расположенная на границе шеи. Аккуратное воздействие на неё помогает при распирании верхней части тела.

རྒྱ་མའི་ཕྱོགས་བཞི་ཚོན་རེ་ཤིན་ཏུ་གཉེན། །དེ་ནས་ཚོན་རེ་གཞལ་བ་སྤོང་གི་གསང་། སྤོང་རྩུང་སྤོང་ནད་ཀུན་ལ་ཕན་པའོ། །རྒྱ་མ་གཉིས་པར་དེ་བཞིན་སྤོང་ལ་ཕན།

²⁶ 'brum pa

²⁷ snying 'chus

[Воздействие на точки, расположенные] в четыре стороны на расстоянии один *цон* от молочной железы²⁸ очень опасно. А отступив от них на один *цон* будут точки сердца. Помогает при *лунг* сердца и всех болезнях сердца. Такие же показания у точек вокруг второй молочной железы.

དེ་འོག་ཚཱ་རེ་སློ་སྤྱིང་འདོམ་གསང་སྟེ། ལྷུང་དང་བད་ཀན་ལྷུགས་པ་སེལ་བར་བྱེད།

На один *цон* ниже - общая точка сердца и лёгких (*glo snying 'dom gsang*). [Воздействие на неё] устраняет внедрение *лунг* и *бекен*.

སློག་ཅུས་དགྲིལ་ནས་ལྷུང་དུ་སོར་བཞི་འཇམ། རྩིབ་མ་གཉིས་པར་གོ་ཚེན་གོ་ཚུང་སྟེ། སྟོང་ནད་པལ་ཚེར་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན།

Отмерив от центра ключицы вниз четыре *сop* [выше и ниже] второго ребра будут точки *go chen* и *go chung*. [Воздействие на них] устраняет большинство болезней верхней части тела.

ལྷུ་མ་གཡོན་ནས་ལྷུང་དུ་ཚཱ་དོ་གཞལ། མཚེར་གསང་རིང་མོ་ཞེས་བྱ་མཚེར་ནད་སེལ།

Отмерив от соска левой груди вниз два *цон*, будет точка селезенки *mcher gsang ring mo*. [Воздействие на них] устраняет болезни селезёнки.

གཡམས་ནས་ཚཱ་རེ་འཇམ་བ་མཚེན་ནད་འཇོམས།

Отмерив один *цон*²⁹ от правой, будет точка, подавляющая болезни печени.

ཕྱོ་གསང་སྟེན་སྣ་ཚཱ་གང་ཁ་གསུམ་འཇམ། སྟེན་དང་སྐྱུགས་པ་མ་ལྷུ་བ་ལ་པན།

Точки желудка. Трёхустная точка, расположенная на один *цон* [ниже] мечевидного отростка, помогает при [*бекен*] *лхен*³⁰, рвоте и нарушении пищеварения *мажува*.

དེ་འོག་ཁ་གསུམ་སྐྱན་གསང་འདྲིལ་ལ་པན།

Расположенная ниже неё трёхустная точка *skran gsang* помогает при сворачивании [в опухоли].

²⁸ имеется в виду от соска

²⁹ вероятно опечатка в тексте, должно быть два

³⁰ *bad kan lhen*

དེ་འོག་ཁ་གསུམ་མེ་ཉམས་གསང་ཡིན་པས། མ་ལུ་ལ་སོགས་ཕོ་ནད་ཐམས་ཅད་འཇོམས།

Расположенная ниже неё трёхустная точка *te nyams gsang* подавляет нарушение пищеварения *мажува* и все болезни желудка.

ལྷོ་བའི་གཡས་གཡོན་ཚོན་རེ་དེ་མཐའ་གཉིས། ལོང་གསང་ཡིན་པས་སློན་དུག་ལོང་ནད་སེལ།

На один *цон* вправо и влево от пупка расположены две боковые точки толстой кишки (*long gsang*). Они устраняют *синбу*, отравления и болезни толстой кишки.

ལྷོ་འོག་ཚོན་གང་ཁ་གསུམ་རྒྱ་སྟོང་གསང་། དེ་འོག་ཚོན་གང་ཁ་གསུམ་རྒྱ་སྟོང་གསང་། རྒྱ་འཕྲོག་རྒྱ་སློན་ནད་ལ་གདབ་པར་བྱ།

Трёхустная точка верхней части тонкой кишки (*rgyu stod gsang*) расположена на один *цон* ниже пупка, а на один *цон* ниже неё – трёхустная точка нижней части тонкой кишки (*rgyu smad gsang*). Воздействие на неё применяется урчании в тонкой кишке и болезни *синбу* тонкой кишки.

དེ་འོག་ཁ་གསུམ་སྒང་གསང་ཞེས་བྱ་བ། བྲང་བ་རྒྱ་ཁ་སློན་སེལ་བར་བྱེད།

Ниже неё трёхустная точка мочевого пузыря. [Воздействие на неё] устраняет частое или чрезмерное мочеиспускание из-за болезни холода.

འདྲི་འབྲུར་གཉིས་ནས་ནད་དུ་སོར་བཞི་(རྒྱ་ལབས་ལ་)འཇམ། སྤྲང་གསང་ཡིན་ཏེ་སློན་བ་སྒངས་པ་དང་། ངི་རྒྱ་བཟམས་པ་སྤྲང་རྒྱང་སོགས་ལ་ཕན། །

Отмерив от двух бедренных выступов по четыре *сop* по передней поверхности живота к будет точка нижней части тела (*smad gsang*). Воздействие на неё помогает при отеке мошонки, затруднённом отхождении мочи и *лунг* нижней части тела.

མགོ་ལ་གནས་པའི་གསང་སའི་རྣམ་དབྱེ་ནི།

Раздел точек, расположенных на голове.

སྤྱི་གཙུག་སྟོང་གསང་སྟུ་རྒྱར་གཡས་པ་སྟོ། གཡོན་པ་མཆེར་གསང་དབྱེ་རྒྱར་གཡས་པ་མཆེན། རྣ་བའི་རྒྱབ་ཐད་མཁལ་མའི་གསང་དུ་འདོད། སྤྲ་མཚམས་གྲེན་ལོག་གསུམ་འཇམ་མཆེར་བའི་གསང་། ལྷང་རྒྱ་རྒྱང་ལྷགས་བརྒྱལ་འཕོག་ལྷག་པ་དབྱེ། བཀྲུངས་པར་རྒྱང་དང་རྒྱ་སེར་ལྷགས་ལ་ཕན།

sPyi gtsug – точка сердца; правая точка *sta zur* – лёгкие, левая – селезёнка; правая точка *dpral zur* – связана с печенью. Точки, расположенные сразу за ушами считаются точками почек; отмерив от границы волос кверху три *цон* – будет точка селезенки. Воздействие на эти точки помогает при внедрении *лунг* в оболочки мозга, обмороках, выгибании затылка и поражении спинного мозга *лунг* и *чхусер*³¹.

དོན་སྤྱི་ལྷན་ལ་རྒྱུ་ལྷན་སྤྱི་བོར་བསྐྱུན། སྤྱི་བོའི་གཙུག་ནས་གཡས་གཡོན་སོར་བཞི་འཇམ། །ལག་པའི་གསང་སྟེ་མགོ་དང་ལག་ལ་པན།

При вхождении *лунг* в сердце в все другие плотные органы следует целиться в темя. Отмерив от этой точки *spyi gtsug* вправо и влево по четыре *сop*, будут точки рук. Воздействие на них помогает и голове, и рукам.

དེ་ནས་པན་ཚུན་གཉིས་ལ་སོར་བཞི་འཇམ། །བྱར་གསང་ཞེས་བྱ་མགོ་ནད་སེལ་བར་བྱེད།

А отмерив от них ещё по четыре *сop* будут точки *zur gsang*, устраняющие болезни головы.

དངུལ་མདོ་སྐྱ་ལྷན་འཇོག་ལ་བསྐྱུན་བར་བྱ།

В точку *dpral mdo* нужно целиться при носовом кровотечении.

རྩ་བའི་ཕྱོགས་བཞི་སོར་རེ་འཇམ་བའི་སར། །རྩ་གསང་ཞེས་ཏེ་བད་རྒྱུང་འོན་པ་འདོན།

Четыре точки расположенные на один *цон* в четырех направлениях от каждого уха – это точки ушей. [Воздействие на них] выводит снижение слуха из-за *лунг* и *бекен*.

ལྷན་བྱར་ཅུས་འབྱུང་འགྲེལ་བྱབ་མགོ་འཁོར་སེལ། །དེ་ཡི་གཡས་གཡོན་ཚོན་རེ་འཇམ་བ་ལ། །མིག་གསང་ཞེས་བྱ་མིག་ནད་མ་ལྷས་སེལ།

[Воздействие на] углы затылочного бугра (*Itag zur rus 'bur*) устраняет обмороки и головокружение. Отмерив от них по одному *цон* вправо и влево будут точки глаз, воздействие на которые устраняет все без исключения болезни глаз.

ལྷན་བྱར་སྐྱ་འབྱེལ་གཉིས་ནས་འཇམ་བྱས་ཏེ། །མཇེང་བ་སྤྱིངས་དང་མི་བདེའི་ནད་ལ་གདབ།

Отступив от точек завитков волос (*spu 'khyil*), расположенных по углам затылка, постукивают при тугоподвижности и дискомфорте в шее.

³¹ *chu ser*

འབྲུག་པའི་འཕར་ཚུ་གཉིས་ནི་སོ་ནད་སེལ།

Воздействие на две артерии 'gram pa'i 'phar rtsa³² устраняет болезни зубов.

འདྲམ་པའི་སྐྱ་མཚམས་སྤྱིང་མི་དགའ་ལ་གདབ།

При отсутствии радости воздействуют на точку границы роста волос на лбу (*dpral ba'i skra mtshams*).

མཚུངས་པའི་སྐང་ནས་སོར་བཞི་ན་རྩུང་གཉིས། མཚུ་ཞབས་ཨོལ་མགོ་དག་ནས་གཡས་གཡོན་དུ། རྩོམ་རེ་འཇལ་སར་འཕར་བའི་ཚུ་ཡོད་དེ། དལ་བྱས་བསྐྱུན་པས་སྐྱོ་བྱར་སྐྱུག་པ་སེལ།

На четыре *cor* от выступа скулы находятся две точки *rna drung gsang*. Оступив один *зон* вправо и влево от надгортанника по подбородочному треугольнику шеи, будет артерия. Аккуратное воздействие на эти точки устраняет внезапную рвоту.

ཏྲག་ཏུ་མཚུ་ནད་མ་མཚུའི་འོལ་ཏུ་བསྐྱུན།

При постоянных болезнях губ работают с точкой под нижней губой (*ma tchu'i 'og gsang*).

འབཚས་རྗེས་སྐྱུ་རབ་ཨོལ་མའི་གདོང་ལ་བསྐྱུན།

При послеродовых отёках нацеливаются на переднюю поверхность шеи.

རོ་སྤོང་རྒྱས་དང་སྤྱིང་མི་དགའ་བ་ལ། བྲག་གོང་གཤོང་དང་སྐྱོག་རུས་འོག་ཏུ་བསྐྱུན།

При напряжении в верхней части тела и отсутствии радости нужно нацеливаться на точку в надключичной ямке (*phrag gong gshong*) и под ключицей.

ཤེས་པ་འཕྱོད་དང་རྒྱ་སྤྱིང་འདོད་པ་ལ། མཁྲིག་མའི་སོར་བཞི་ཚུ་བར་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱུན།

При беспокойстве и желании плакать нужно целиться в точку между сухожилиями на расстоянии четыре *cor* от складки запястья (*mkhrig chu'i gsang*).

³² Лицевая артерия

རྒྱུ་གྱི་སྐྱོ་པའི་འདྲོགས་མཚམས་རྣམ་པ་གཉིས། རྒྱ་མོ་ཕྱིར་བརྒྱུང་སླེབ་སར་གྱེན་སོར་དགུ། ལྷན་གསང་གོང་
མ་སློ་མཚེན་པོ་ནད་སེལ།

Две точки на спине у границ лопатки; точка, расположенная на 9 сор выше того места, которого касается локоть выпрямленной руки и точки *zur gsang gong ta* устраняют болезни лёгких, печени и желудка.

ལལ་པ་ཕྱིར་འདྲོན་མ་ཤེས་དཔུང་ཚིགས་ནང་དུ་བསྐྱུན། ལལ་པ་མདུན་དུ་མ་ཐོན་རྒྱུ་གྱི་དཔུང་སྐྱོ་མཚམས་
སུ་བསྐྱུན། ལལ་པ་རྒྱབ་བརྒྱུང་མ་ཤེས་དཔུང་ཚིགས་ནང་དུ་བསྐྱུན།

Если пациент не может отвести руку в сторону, нужно работать с плечевым суставом; если не может вытянуть вперёд – со стыком плеча и лопатки; если не может завести назад – с внутренней частью плечевого сустава.

སོར་མོ་ན་ན་སྐྱོ་བར་གཤོང་དུ་བསྐྱུན།

Если болят пальцы, нужно целиться в углубление лопатки.

མཐོང་སྤང་མང་ན་མཁལ་མའི་གསང་ལ་བསྐྱུན།

Если много галлюцинаций – работать с точками почек.

སེ་བོན་འཇོག་དང་མཁལ་མ་ན་བ་ལ། རྒྱ་མོས་གར་སླེབ་རྒྱུ་གྱི་གསང་ལ་བསྐྱུན།

При истечении семени и болях в почках – нацеливаться на то место на спине, которого касается локоть.

གཞུག་གུ་རྒྱུ་གི་སྐྱོ་པོ་ཆེ་ཡི་སློང་། མཇུ་བ་གུང་འཇལ་བའི་ཕྱོགས་བཞི་ཚོན་རེ་ལ། དབྱི་མིག་གསང་བཞི་
མཁལ་ནད་གང་བ་སེལ།

Отмерив от точки, лежащей на ягодице на один *dzub* от стыка ягодицы и копчика, по одному *цон* в четырёх направлениях, будут четыре точки вертлужной впадины (*dryi mig gsang*). [Воздействие на них] устраняет болезни холода почек.

བརྗེ་ཡི་ཕྱི་སུལ་(ལལ་པ་མར་བརྒྱུང་)གུང་མོས་གར་སླེབ་པར། རྒྱང་བཤལ་གཞང་ལུག་ཚུ་སེར་ནད་ལ་ཕན།

[Воздействие на] точку *brla yi phyi sul* (место на внешней части бедра на уровне кончика среднего пальца спокойно опущенной руки) помогает при слабости в ногах, выпадении прямой кишки и болезнях *чхусер*.

ལུས་མོ་འཕང་ལོའི་མཐའ་བསྐྱར་བྱ་རོག་མིག་ཚིགས་ལྟ་ལུས་མོ་ན་ལ་བསྐྱུན་པར་བྱ།

Вокруг коленной чашечки находятся точки *bya rog mig*. На них следует нацеливаться при скоплении жидкости в суставе или болях в коленях.

དྲེག་དང་རྐང་ནད་རང་རང་སྟེང་དུ་བསྐྱུན།

При болезни *dreg*³³ и болезнях ног работают по соответствующим местам.

རྐང་མཐའ་སྐྱིད་ལུང་ཚིབ་ལུང་རྒྱང་ནད་སེལ།

[Воздействие на точки] стоп, подколенной ямки и коротких рёбер устраняет болезни *lung*.

དབྱུག་པ་བསྐྱུན་པའི་ལག་ལེན་དམར་བྲིད་ནི། །ཤ་དང་རུས་པའི་ནད་ལ་རབ་ཏུ་བརྟེན། །ཤ་མོད་ཚ་དང་ལྷ་བར་དལ་བྱས་བརྟེན། །ཅེས་གསུངས་ལག་ལེན་འགོ་དང་མི་འགོ་ནི། །བདུན་དྲུག་བསྐྱུན་པས་ལག་པ་གང་མོས་སྐྱོན། །གང་ན་འགོ་ལ་ཚ་ན་སྤང་བར་བྱ། །གདབ་འཕྲོ་བཞག་ན་རྒྱག་མེད་འགོ་བ་ཡིན། །རྒྱག་གཟེར་སྤང་ན་སྤང་བ་ཤེས་པར་བྱ། །སྐངས་པ་བྱུང་ན་ཁབ་ཚེ་ནས་ཅམ་འཇུགས། །དྲེག་གུམ་རྣམས་ལ་གཙགས་བྱས་བཀྲལ་བ་ཡིན། །ཕོ་ལོག་སྐྱུ་ཐབ་ནད་ལ་ཁབ་ཀྱང་སྤང་། །མི་བཙའ་སྐབས་དང་བསྐྱུན་ན་འགོ་བ་ཡིན། །ལྷ་རྒྱས་བཤུལ་ཤ་འཕར་ཚ་ཁབ་མི་འགོ། །

Практические наставления о постукивании палочкой. Сказано: «по мышцам и костям постукивают сильно, по уязвимым местам мышц, сосудам и сухожилиям – аккуратно.» Оценка подходит процедура или нет. Выполнив постукивание 6-7 раз, касаются холодной рукой, если место холодное – можно продолжать, если горячее – нужно остановиться, если при постукивании нет боли – можно продолжать, а если боль возникла, то нужно остановиться. Если возникла припухлость, нужно проткнуть её иглой с головкой размером с ячменное зерно, а при болезнях *dreg* и *drumbu* – вскрыть скальпелем. При желудочных коликах *pholog*³⁴ и болезни *skya rbab*³⁵ нельзя применять даже иглу. То есть критерии оценки подходит ли процедура такие же, как в случае прижигания. На связках и сухожилиях, мышцах, расположенных вдоль позвоночника и артериях игла не подходит.

རྗེས་ཀྱི་སྟོད་ལམ་བསྐྱུན་པ་ནི། །ཉིན་གཉིད་དྲག་ཤུལ་སྤང་བར་བྱ། །ཤ་ཚང་བྱུག་པའི་ལས་ལ་འབད། །ལོག་ན་སྐགས་འདི་དྲག་ཏུ་བཏབ། །ཚོ་ནད་ཡོ་ནད་ཡོ་བེ་སྐྱེན། །ག་སྤར་སྐྱ་ཚི་བྱུག་གཉན་གྱི་བཙོས་ལ་འབད་པར་བྱ།

³³ *dreg*
³⁴ *pho log*
³⁵ *skya rbab*

Рекомендации по последующему образу жизни. Следует отказаться от дневного сна, физического перенапряжения, избегать мяса, *чанга* и втирания мазей. Если возникли осложнения, нужно интенсивно начитывать мантру: «ОМ НЕЙО НЕЙО БЕ СОХА» и прилагать усилия в лечении воспаления.

།དབྱུག་བཙུག་ནད་གདོན་ཀུན་སེལ་འདི། །སྐྱུན་རས་གཟིགས་དང་ཨོ་རྒྱན་པ། །དོ་རྗེ་འཕགས་མོ་ལྷ་བའི་
མཚན། །དེ་རྣམས་ཀུན་གྱི་གདམས་པ་ལས། །མ་ཚང་གཤམ་འབྲུགས་བསྐྱེབས་ཏེ་བྲིས། །རབ་དཀར་དགེ་དེས་རྒྱ་
མཁོ་བདག་། །འགོ་དྲུག་སེམས་ཅན་འདྲེན་པའི་དཔལ་གྱུར་ཅིག། །།

Этот текст «*Югчо* – лечение палочками, устраняющее болезни и негативные влияния *дон*» из наставлений Авалокитешвары и Оргъенпы, содержащий менструальную кровь Ваджраварахи, записал я, Ратма Манга, обладающий исключительной белой заслугой, исправив все неполное, пропущенное и перепутанное. Пусть это ведёт шесть типов существ к процветанию!

- འདི་ནི་ལྷུང་མཁར་བ་མཉམ་ཉིད་དོ་རྗེ་མཚན་གསུང་པའི་ །མན་ངག་གྲེ་བ་རིང་བསྐལ་། །ནས་ལྷུང་བཏོན་ལྷུས།

Взято из составленного великим Зуркхарпой Ньямнвид Дордже трактата «Меннгаг джева рингсел»

གཉིས་པ། །གསང་བ་འདུས་པའི་དབྱུག་བཙུགས་

ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་བཀྲུགས་སོ།།

2. Драгоценность, исполняющая желания – югчо, лечение палочками из Гухьясамаджа-тантры

སློབ་དཔོན་པར་འབྱུང་གནས།

Мастер Пема Джунгне

གཏེར་རྟོན་རུ་སྒྲིང་པ།

Тертон Ратна Лингпа

ཕྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་གསང་བ་འདུས་པ་ལས། དཔལ་ཕྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་གསང་བ་འདུས་པ་ལ་བྱུག་འཚལ་ལོ། བདག་ཉིད་པད་མ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས། འབྱུང་བཞིའི་ལྷས་སུ་སྣང་བ་ལ། ཚ་གང་འདུ་བའི་ནད་ལ་སོགས། རྣམ་འབྱོར་ལུས་ཀྱི་གོགས་སེལ་བྱེད། ཉམས་ལེན་དབྱུག་པའི་རིམ་པ་བྱི།

Из Тантры Великосострадательного Гухьясамаджи: Простираюсь перед славным Велико-сострадательным Гухьясасамаджей! Я, Пема Джунгне, последовательно записал эту практику [лечения] палочками, чтобы устранить физические препятствия у йогов, такие как болезни жара и холода жизненных начал в теле - проявлении четырёх первоэлементов.

དེ་ཡང་གསང་འདུས་རྒྱུད་ལས། གོག་སེལ་དབྱུག་པའི་མན་ངག་ནི། འདི་ལ་བད་དོན་འཕྲིན་ལས་གསུམ།

Также из Гухьясамаджа-Тантры: «Наставления по [лечению] палочками, устраняющему препятствия. Здесь три темы: символ, смысл и действия.»

རྒྱུ་ནི་སྐྱུག་ཤད་སྐྱུག་དེའི་ཞེས་པས་ཇི་ལྟར་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་པ་ནི་སྐྱུག་ཤད་ལ་སྐྱོམ་པ་ནི་སྐྱུག་ཅམ་ལ་
ལྷ་གང་པ་དེའི་ཅེ་མོ་རྩུང་ཟུང་བྱས་ཏེ་གསེར་གྱི་ཡིག་བདུན་དང་བསྟེན་པ་བདུན་འབྲུམ་པའི་ཡུངས་ཀར་
གཞུག་ལ་ལ་ཚས་བཟུམ་པའོ།

Сказано: «Причиной является хлыст *smuyag shad* (спирея шейдера)». Что касается практики, палочка для процедуры должна быть толщиной как хлыст, длиной один локоть, на конце сделайте углубление и напишите золотом семь слогов и поместите в него зёрна горчицы, на которые начитаны семьсот тысяч мантр и запечатайте сургучом.

དེ་ལ་བད་དོན་ཕྱིན་ལས་གསུམ་ལས་པོ་བད་ཡི་དབྱུག་རྒྱུད་ལས་པོ་དང་ལ་འདྲིལ་ཞིང་སྐྱུམ་ལ་མཉེན་པོ་བཅོས་
སྐྱུན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བད་པོ་ཞེས་པ་དེ་ལོ་ནའོ།

Из трёх тем: символ, смысл и действия, символ – это палочка. В Тантре сказано только, что: «Прямая и круглая, маслянистая и гладкая, она – символ спонтанно присутствующего естественного состояния».

དབྱུག་དོན་རང་ལ་ངོ་སྤྲོད་པ་ནི་རྒྱུད་ལས་པོ་རང་བྱུང་ཡིན་པས་དང་པོ་ལེ་ཐམས་ཅད་རྗོགས་པས་འདྲིལ་བའོ།
འཁོར་འདས་ཀྱང་གྱིས་གཞི་དེ་སྐྱུམ་པོ་གང་ལྟར་སྤྲོད་པ་དེ་ལྟར་མཉེན་པོ་ཞེས་པས་པོ་དོན་རང་གི་སེམས་ཉིད་དང་
སྐྱུར་བའོ།

Ознакомление со смыслом самой палочки. Из Тантры: «То, что она прямая, означает самовозникновение, то, что круглая – свершение всего; маслянистость – основание всей Сансары и Нирваны; гладкость – то, что всё существует как оно есть». Смысл относится к собственному уму.

དོན་གསུམ་པ་པོ་ཕྱིན་ལས་དབྱུག་པས་ནད་གདོན་འཛོམས་པོ་ཞེས་པས་པོ་འདྲིལ་ལྡན་པའི་བདེག་ཏུ་རྩུང་བ་དང་མི་
རྩུང་བ་དང་ནད་གྱི་གསང་དང་ལོག་གཞོན་དང་སྐྱོ་གནས་ཅེ་བའོ།

Третий пункт, действия. Палочка подавляет болезни и негативное влияние *дон*. Тут пять тем: показания, противопоказания, собственные точки болезней, устранение осложнений и вычисление мест энергии *ла*³⁶.

དང་པོ་བདེག་ཏུ་རྩུང་བའི་ནད་ནི་མགོ་ཡི་ནད་ལ་ཚོགས་པ་དང་པོ་ནས་སོར་བཞི་ཡར་འཇལ་བར་བདེག་གོ།
མདུན་གྱི་སྐྱོ་མཚམས་དང་པོར་བདེག་གོ།

³⁶ bla

Первое, болезни, подходящие для лечения постукиванием. При болезнях головы прорабатывайте точку на 4 *сор* выше первого позвонка и точку на передней границе роста волос.

ཡང་རླུང་མགོ་བོ་འཁོར་འཐམ་གཟེར་ལ་སོགས་པ་ལྟར་³⁷ པའི་སྲུང་སྒོའི་མཚོག་མའི་སྤྱི་གཙུག་ལུ་གོང་འཕར་
ཚའི་གཡས་གཡོན་དུ་བརྟེན་གོ།

Или при головокружении из-за *лунг*, обхватывающих болях и т.д. простукивайте точки *Itag pa'i sdud sgo, mtshogs ma, spyi gtsug*, правый и левый *mur gong 'phar rtsa*.

རྣ་བ་འོན་པ་ལ་རྣལ་དང་རླུང་ལ་ཚེ་རླུང་མདུན་དུ་ཤིན་ཏུ་རན་པར་བརྟེན།

При заложенности, гное или *лунг* в ушах очень аккуратно проработайте точки кпереди от *rtse chung*.

མཇིང་པ་རེངས་པ་དང་འཁྲོགས་ལ་ལྷག་པའི་གཡས་གཡོན་དུ་བརྟེན།

При тугоподвижности или хрусте шеи постукивайте по точкам затылка справа и слева.

སྤྱི་མི་བདེ་བ་ལ་རྣ་ཤལ་སོར་གཅིག་རྒྱབ་དུ་བརྟེན། སྒོག་མའི་སྤྱིང་གཡས་གཡོན་དུ་བརྟེན།

При дискомфорте в языке проработайте точку на один *сор* кзади от мочки уха и справа и слева от шеи.

ལག་པའི་ཞ་རེངས་ཐམས་ཅད་ལ་དཔུང་མགོ་ལ་སོགས་དཔུང་མགོའི་འབྲེལ་མཚམས་སུ་བརྟེན་གོ།

При всех видах тугоподвижности рук постукивайте по головке плеча или её границе.

སྤྱིང་མི་དགའ་བའི་འཕྲོར་འདར་ལྟོད་རྒྱས་པའི་གཟེར་སྤྱོད་བ་རྣམས་ལ་ཚོགས་པ་བདུན་པའི་དགུ་དང་བདུན་གྱི་
བུ་བར་དུ་འོ།

При отсутствии радости, беспокойстве, дрожи, распирании верхней части тела, болях, сумашествии и т.д. прорабатывайте седьмой и девятый позвонки и точку между сосками.

སྤྱི་རླུང་དང་བད་ཀན་ནད་ལའི་ཚོགས་པ་བཞི་བར་འོ།

При болезнях лёгких из-за *лунг* и *бекен* – четвертый позвонок.

³⁷ вероятно опечатка

བད་མཁྲིས་ལ་གཉིས་པུ།

При нарушениях *бекен* и *трипа* – второй.

གང་རླུང་ཁོང་པ་གང་བས་སྒྲོས་པ་ལ་ཚིགས་གསུམ་པའོ།

При холоде *лунг* и вздутии из-за холода внутри – третий позвонок.

སྒྲིག་པུ་སྐྱུགས་པུ་མཚན་དྲིའི་ནད་དང་། མཚན་སྐྱེན་བད་རླུང་འབྱུང་བ་ལ་ཚིགས་པ་དགུ་བདུན་གཡས་གཡོན་ནས་ཚིན་རེ་མར་འཇལ་བར་བརྟེན།

При отрыжке, рвоте, болезнях диафрагмы, опухолях *трэн* печени или её поражении *бекен* и *лунг* простукивайте точки девятого и седьмого позвонка и точки на один *цон* вправо и влево от них.

ཕོ་བའི་གཚོང་དང་། མེ་དྲོད་ཉམས་ལྡན་ལྷགས་དྲིག་སྐྱན་ནམས་ལ་ཚིགས་པ་བརྒྱ་གཉིས་པ་དང་། ལྷན་སྐྱ་ནས་མདུན་དུ་གཞལ་བར་བརྟེན་གོ།

При хронических болезнях желудка, снижении *огненного тепла*, [*бекен*] *лхен*³⁸, *чагдрег*³⁹ и опухолях *трэн* – прорабатывайте двенадцатый позвонок и точку кпереди от мечевидного отростка.

དེའི་འོག་ཚིན་གང་ལྷན་དང་ལྷགས་དྲིག་ཟས་མི་ལེན་པ་ལ་པན་ནོ།

Точка, лежащая на *цон* ниже предыдущей помогает при [*бекен*] *лхен*, *чагдрег*⁴⁰ и нарушении усваивания пищи.

སྒྲོས་འབྱུང་འབྲོག་པ་རྒྱ་ནད་འབྱུམས་པ་ལ་ལྷེ་བའི་གཡས་གཡོན་ཚིན་རེ་རེ་དང་གཉིས་གཉིས་པར་བརྟེན་གོ།

При вздутии, поносе, урчании и затыжных болезнях тонкой кишки – постукивайте по точкам, лежащим на один и два *цон* вправо и влево от пупка.

རྒྱ་མར་གང་རླུང་འབྱུང་ནས་སྒྲོས་འབྲོག་ནུ་ལྷེ་འོག་ཚིན་གང་བཞི་གསུམ་བརྟེན་གོ།

³⁸ *bad kan lhen*
³⁹ *lcags dreg*
⁴⁰ *lcags dreg*

Если есть вздутие и урчание из-за поражения тонкой кишки холодным *лунг* – проработайте трёхустную точку на *цон* ниже пупка.

མཁལ་མའི་གང་རླུང་དང་ཚུ་སེར་ལ་རྒྱབ་ཚེགས་བཅུ་བཞི་བཙུག་པའོ།

При холодном *лунг* почек и *чхусер* – четырнадцатый и восемнадцатый позвонки.

ཚུ་ཁ་སྲ་བ་དང་སླེ་རྩུ་བུའི་ནད་ལ་བཙུག་པའོ།

При частом или усиленном мочеотделении и болезни *нурву*⁴¹ - восемнадцатый

དྲི་ཚུ་བཟླམས་པ་དང་། ཐེག་ལེ་འཚོར་བ་ལ་ཚེགས་པ་བཅུ་དགུ་པ་དང་། དེའི་གཡས་གཡོན་སེར་ལྗང་བརྟེན་གོ།
བཤང་གཅིའི་བར་དུ་ཡང་བརྟེན་དོ།

При задержке мочи и потере *тигле*⁴² постукивайте девятнадцатый позвонок и точки на пять *сор* вправо и влево от него, а также точку между [отверстиями для выхода] кала и мочи.

བུད་མེད་ཁྲག་འབྱུམས་པའི་འབྲེལ་པའི་མོ་ནད་ཁྲག་སྐྱེན་ན་མས་ལ་ཚེགས་པ་བཅུ་གསུམ་པ་དང་སྐྱ་ནེ་གུའི་གཡས་གཡོན་དང་གོང་དུ་བརྟེན་གོ།

При мажущих или задерживающихся менструациях и кровяных опухолях *трагтрэн*⁴³ при женских болезнях проработывайте тринадцатый позвонок, правую и левую точки *sri pe gu*⁴⁴ и вышеупомянутую точку.

མིང་གཞུས་ཤིག་བྱུང་སྐད་འགགས་སྐྱུར་དང་ཁ་ཞན་ན་ཚོག་སྟོངས་སུ་བརྟེན་གོ།

При болезни *мидчу*⁴⁵, икоте, потере голоса, кислом привкусе и других болезнях рта – постукивайте в точке *og stong*⁴⁶.

ཕོ་སྐང་ཕོ་ལོག་སྐྱོས་རྟིང་པའི་ཕོ་ཐོར་རང་དུ་ཚད་ལྷའི་བརྟེན་གོ།

При коликах *лангтхаб*⁴⁷ желудка, болезни *пхолог*⁴⁸, вздутии постукивай в области пятки.

⁴¹ *nur bu'i nad* - букв. «болезнь густого и мутного», по-видимому речь идёт о болезни *чинньи закху* (*gcin snyi za khu*)

⁴² т.е. семени

⁴³ *khrag skran*

⁴⁴ букв. «точка чёрных волос» - имеется в виду точка на лобке.

⁴⁵ *mid gcus*

⁴⁶ *skad stong tsa ra khung*

བྱང་ལོག་རྒྱང་དང་། ལྷོད་འཚང་ལུ། མཚན་ལོག་སོར་བཞི་དང་སོག་མཚན་ལའོ།

При чувстве распирания в груди и болезни *тоцанг*⁴⁹ – прорабатывайте точки на четыре *сор* ниже подмышечной впадины и край лопатки со стороны подмышечной впадины.

ལུས་མོ་ན་བ་ལ་མེ་ལོང་མཚམས་སུ།

При болях в коленях – точки по краю коленной чашечки.

རྐང་པ་གུམ་ཞ་རེངས་ན་བ་ལུ། དེའི་མིག་གཉིས་དང་དེའི་དང་བརྒྱུད་འབྲེལ་མཚམས་གང་སྤོམ་པའི་སར་བརྟེན་གྱོ།

При скрючивании, тугоподвижности и боли в ногах – простукивайте точки двух вертлужных впадин и стык тазобедренного сустава.

དེ་དག་ནི་བརྟེན་རྒྱུང་ཞིང་པན་པའི་གནས་སོ། དེ་ཡང་ཤིན་ཏུ་སྐྱངས་ལོག་ཆེ་བ་དང་། ན་རྒྱུག་ཆེ་ཞིང་སྦྲིང་མི་དགའ་ན་ཚོད་སྐྱངས་ནས་བྱས་ཏེ་སྤོམ་མའི་ཕྱག་ལེན་ཤེས་པར་བྱའོ།

Таковы показания к постукиванию и рекомендованные места. Работая с пациентами с сильными отёками, осложнениями, сильными болями, депрессией, пожилыми, следует начитывать практики Гуру-йоги.

གཉིས་པ་མི་རྒྱང་བའི་ནད་ལ་ནི། ཚད་པའི་རིགས་མ་སྤྲོན་བུ། རྒྱས་བུ། འབྲུགས་ལྟེ་རིམས་ལྟེ་ཁྲག་གཉན་ལྟེ་ཆུ་སེར་ལྟེ་བྱིས་པ་རྒྱང་བུ་ལ་སོགས་ལ་མི་རྒྱང་ངོ།

Второе, болезни, при которых лечение палочкой противопоказано: стадии незрелого и развитого жара, жаре *труг*⁵⁰, заразном жаре *рим*⁵¹, *ньен*⁵² в крови, *чхусер*⁵³, маленьким детям.

བརྟེན་པའི་གནས་མི་རྒྱང་བ་ནི། འཇིངས་པུ། ལྷ་གོང་། མཁུར་ཚོས་ལྟེ་མཚུ། ལོག་རྒྱས་ལྟེ་ཉུ་བཞི་ལྟེ་འཕར་རྩ་གཉིས་ལྟེ་མཚན་ལོག་རྒྱས་ལྟེ་གཉེར་པོ་ཆེ། ལུས་མོའི་མེ་ལོང་། མཁུལ་མུ། ངར་གཏོང་། ལྷ་མོ་ལ་སོགས་སྤང་ངོ།

⁴⁷ *glang thabs*
⁴⁸ *pho log*
⁴⁹ *stod 'tshangs*
⁵⁰ *'khrugs*
⁵¹ *rim*
⁵² *gnyan*
⁵³ *chu ser*

Места, в которых запрещено постукивание: шея, скулы, губы, кадык, четыре мышцы *нья*, две артерии, подмышечные связки и сухожилия, точка *gnyer po che*, коленная чашечка, почки, передняя поверхность голени, локти и т.д.

གསུམ་པ་གསང་བསྟན་པ་ནི།

Третье, объяснение точек.

སྤྱི་གཙུག་སྤྱི་གཙུག་གི་གསང་། འདན་པ་གཡོན་སྒོ་བའི་(གསང་)།

sPyi gtsug – точка сердца; левая точка *'dan pa* – точка лёгких

སྤྱི་གཙུག་གི་མདུན་རྒྱབ་སོར་བཞི། དེ་གཉིས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་ཟུར་དུ་མགོའི་གསང་ངོ།

Точки, расположенные справа и слева от двух точек, лежащих на четыре *cor* кпереди и кзади от *sPyi gtsug* – это боковые точки головы (*zur du mgo'i gsang*).

དཔལ་བར་མཚན་གསང་། ལྷག་པ་མཁལ་གསང་།

На лбу – точка печени; на затылке – точка почек.

སྐྱ་མཚམས་ཀྱི་དུ་སོར་བཞི་མཚོག་གསང་།

На четыре *cor* выше линии роста волос – точка *mtshogs gsang*.

ལྷ་ལྷག་གཙོང་ན་དཔལ་དཀྱིལ་དང་དེའི་སོར་གཉིས་ཟུར་དུ་འོ།

Для остановки носового кровотечения – точка в центре лба⁵⁴ (*dpral dkyil*) и точки на два *cor* вбок от неё.

ན་བའི་སོར་རེ་ཕྱོགས་ན་བའི་གསང་།

Точки на один *cor* от уха в каждую сторону – точки ушей.

ལྷག་པའི་སྤྱད་སྒོ་མིག་གི་གསང་། དེའི་གཡས་གཡོན་ཚོན་གང་མིག་གི་གསང་།

⁵⁴ на переносице

lTag pa'i sdud sgo – точка глаз; точки, лежащие на один *цон* вправо и влево от неё – тоже точки глаз.

གཞན་དགོས་པའི་གནད་གསང་གང་རུང་ཡུལ་དུ་བརྟེན་གྱི།

В других случаях простукивайте подходящие в данной ситуации места.

བཞི་པ་ལོག་གཞན་ནི། ནད་གར་ཡོད་སར་མནན་ན་ཕན་སྟམ་བྱེད་པའི་རྗེས་ཡོད་པ་དང་། གཟེར་བ་ལ་ཕན་ནོ།
བརྟེན་ཚེ་རྒྱག་ཡོད་བཞག་ཚེ་མེད་ན་ཡང་ཕན་ནོ།

Четвёртое, устранение осложнений. Если прижимаете болезнь в том месте, где она расположена и [у пациента возникает] чувство облегчения, которое остаётся в дальнейшем, если снимается боль или во время постукивания боль была, а на следующий день прошла, значит процедура помогает.

བརྟེན་བཞག་གཉིས་ཀ་ལ་རྒྱག་ཆེ། རྫོང་ཆེ། འོད་སྣང་ངེ་རྒྱངས་པ་འོང་ན་འཕྲོ་གཙོད་དོ། དེ་ལ་དྲི་རྒྱས་བྱུག་སྐྱེ་
ཚི་དང་། རྗེས་ཚོད་བྱུག་གོ།

Если и в день постукивания, и на следующий день боль сильная, в месте процедуры тепло сильное, оно начинает блестеть и покрываться паром – прекращайте. Втирайте в это место мочу, мускус (*gla rtsi*) и «дикие субстанции» (*rdzas rgod*).

འགྲུག་འདྲ་ན་ཁས་བཅོམ་འབྲུག་གཉིས་གཙོགས་ལ་འགྲུག་དབྱུང་། ཡང་རྐམ་ར་བཏབ་དེས་མ་ཕན་ན་རྩ་བཅུགས་
རང་བྱའོ།

Если похоже на скопление крови, сожмите ртом и, вскрыв иглой, выпустите кровь. Или используйте *rkam ra*. Если это не помогает, следует поставить рожок и применить его.

དབྱུག་རྗེས་སུ་འབྱུམ་ཚོར་བྱུང་ན་ཁབ་གཙོགས་སམ་ཁ་འཛིང་བྱུང་པ་ལ་དུ་འཕམ་རྩ་ལ་ཁབ་བཅོག་སྤང་།

Если после постукивания возникает сыпь, её следует вскрыть иглой или вытянуть ртом, но обычно над артериями избегают вскрывания иглой.

སྤྱི་དོན་ལྔ་པ་བརྟེན་ཏུ་མི་རུང་བའི་སྐྱེ་གནས་བསྟན་པ་ནི།

Пятый пункт – описание мест энергии *la*⁵⁵, противопоказанных к постукиванию.

⁵⁵ *bla*

ཚེས་གཅིག་ལ་རྒྱ་པའི་མཐེ་བོང་། གཉིས་ལོང་མོའི་ཚེགས་ཀྱི་གསུམ་བུན་པའི་རྩུ་བཞི་ཕུས་མོའི་སྤེང་། ལྷ་སྦྱིད་
ལྷག་དྲུག་དབྱི་མིག་ཚེགས་ཀྱི་བདུན་མཐའ་མའི་སྤེང་། བརྒྱད་ཚེབས་ལོགས་ཀྱི་དགུ་དབུང་མགོ་བཅུ་ལག་ངར་།
བཅུ་གཅིག་ལག་མཐེལ་བཅུ་གཉིས་སྐེ་བཅུ་གསུམ་རྩ་ལྷག་བཅུ་བཞི་བའི་འགྲམ་བཅོ་ལྷ་མགོ་ལུས་ཁྱབ་པར་
གནས་སོ།

В первый день⁵⁶ энергия ла находится в большом пальце ноги; во второй – в лодыжке; в третий – в икре; в четвёртый – на колене; на пятый – в подколенной ямке; на шестой – в тазобедренном суставе; на седьмой – над почками; на восьмой – на боковой поверхности рёбер; на девятый – в плече; на десятый – в предплечье; на одиннадцатый – на ладони; на двенадцатый – в шее; на тринадцатый – в области уха и затылка; на четырнадцатый – на щеке; на пятнадцатый – пронизывает всю голову и тело.

དེ་ལྟར་དུ་སྦྱིས་པ་གཡོན་ལ་ཡར་རིམ་པར་འགོ་ཞིང་བཅུ་དྲུག་ནས་གཡམས་སྦྱོགས་ནས་མར་རིམ་པར་འབབས་
པར་ཤེས་པར་བྱའོ། མོ་ལ་ཚེས་གཉིས་གཡམས་ནས་ཡར་གོ་ལོག་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ།

Таким образом, нужно знать, что у мужчин она постепенно поднимается вверх по левой стороне, а с шестнадцатого дня постепенно спускается вниз по правой стороне. У женщин со второго дня поднимается вверх по правой стороне, а спускается – наоборот.

ཐམ་ཐུགས་།

མན་ངག་ལོགས་སུ་གབ་པ་དབྱུག་པའི་ཞལ་གདམས་ནི་། ཐོག་མར་ཡིག་བདུན་འབུམ་མམ་བདུན་འབུམ་ཐེམས་
པའི་རྩལ་འབྱོར་པས་གོང་བཞིན་དབྱུག་པ་ལ་སྐྱབ་པ་དང་། དབྱུག་པ་རྟ་མགིན་དུ་བསྐྱེད་ཅེ་ཤེས་པ་འགྲུག་
བཞེས་བྱུ་རྟེན་འབྲེལ་སྤྱིང་པོས་རབ་གནས་བྱའོ། དེ་ནས་རྟག་དུ་རྩལ་འབྱོར་པས་ལུས་དང་གྲིབ་མ་ལྟར་བརྟེན་
ན་སྲུང་བའི་མཚོག་དུ་འགྱུར་རོ།

Вот спрятанные отдельно наставления по палочкам. Сначала йогин, завершивший накопление ста тысяч или семисот тысяч семислоговой мантры выполняет практику [благословения] палочки как описано выше. Саму палочку представляйте как Хаягриву, притяните существо мудрости, растворите в ней и благословите сущностной мантрой взаимозависимости. Затем, если йогин будет применять её для тела и против негативных влияний как описано, она станет лучшей защитой.

གདོན་བཞེགས་དང་ནད་པུ་འགོ་བའི་ནད་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དབྱུག་པས་བརྟེན་ཅིང་རང་དང་དབྱུག་
པ་གཉིས་དབང་གི་སྐྱུར་གསལ་བས་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་བརྟེན་ལ་ཞུགས་བྱའོ། དེས་ནི་གདོན་བཞེགས་ལ་སོགས་གང་
ལ་ཡང་ཐོགས་མ་མེད་དེ་སྐད་ངན་ཅི་རེ་རེ་འབྲོས་སོ།

⁵⁶ лунного месяца

Применяйте постукивание палочкой при всех негативных влияниях *дон*, препятствиях, заболеваниях и заразных болезнях. Ясно наделите благословением себя и палочку, и без колебаний придерживайтесь [йогического] поведения. Оно не может быть остановлено никаким влиянием духов *дон* или духов препятствий *gez*⁵⁷, они бегут от него, визжа.

དང་པོ་བརྟེན་ཚེ་རྣམ་འགྱུར་པ་སྤྲུགས་ཇི་ཆེན་པོའི་བསྐྱེད་རིམ་གསལ་བར་བསྐྱོམ་ཞུ་ནད་པ་དང་གདོན་ལ་ཕན་པ་
དང་སྐྱོང་ཇི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཁ་ཙམ་མ་ཡིན་པ་བསྐྱོམ་ཁག་ཆེའོ་ཞུ་ནད་པ་དེ་གུས་པ་བསྐྱེད་ཐེ་ཚོམ་མེད་ཅིང་
བསྐྱེད་ཆེ་བ་གཅེས་སོ་བརྟེན་ཚེ་ནི་དང་པོ་དབྱུག་པའི་རང་ལྡིང་ཙམ་བྱའོ་སྐྱོན་པར་བརྟེན་པའི་སྐྱངས་མ་བྱུང་
བ་དང་བགས་ཀྱིས་ཤེས་ཤེར་གཏོང་ངོ་ཞུ་རེས་ཚུང་དུ་བཏང་ཞིང་རེས་མོས་སུ་བྱའོ་

Во время постукивания йогин ясно созерцает стадию зарождения
Великосострадательного и должен не только на словах, а искренне культивировать
Бодхичитту, сочувствие и стремление принести пользу больному и самому духу *дон*.
Пациенту очень важно питать неколебимое почтение и большое терпение.
Непосредственно во время постукивания вначале нужно использовать только
собственный вес палочки, чтобы не возник отёк из-за неверного постукивания, затем
постепенно увеличивать силу воздействия, затем снова снижать и далее чередовать.

སྐྱངས་མདོག་དམར་ཕྱུར་བ་ཁྲག་སྐྱུག་པོ་ཚུ་སེར་གཉིས་ལ་ཁབ་གཙགས་རུང་ངོ་སྐྱངས་མ་འགྱུར་བ་རྣམས་
གཙགས་པ་སྐྱང་ངོ་

Если припухлость красно-розовая, скопилась бурая кровь или *чхусер*, допустимо вскрыть
иглой. Если припухлость не меняется, избегайте её разрезать.

སྐྱངས་མདོག་ནག་ན་ཚུ་སེར་ནག་པོ་འཛིབ་པར་བྱའོ་མཁྲུགས་ན་ནད་གཞི་ཆེ་བས་ཡུན་རིང་བརྟེན་ཞུ་

Если припухлость чёрного цвета, нужно высосать чёрный *чхусер*. Если она твёрдая и
основа болезни велика, нужно продолжительное постукивание.

སྐྱོ་སྐྱ་སྐྱངས་པུ་སེར་པོ་མཁྲིས་པུ་སྐྱ་སོབ་རྒྱང་ཡིན་པས་བསྐྱེད་ཐེ་ཙམ་ལ་བཞག་གོ་

Если припухлость бледная и жёлтая – *трипа*, если рыхлая – *лунг*, тогда как только
открылись поры, нужно остановиться.

དབྱུག་ཇིས་སྐྱོད་གཟེར་འགྱུངས་ན་ཏ་རིང་པོ་བཏོན་ལུས་སྐྱུགས་ཞུ་ནད་ཙམ་ལ་རན་པར་འཆག་ཞུ་
ལོང་ལ་ཉིང་འཕངས་རེས་མོས་སུ་བརྟེན་ཞུ་

⁵⁷ *bgegs*

Если после постукивания будет боль в верхней части тела и распирание, нужно сделать длинный выдох и встряхнуть тело [пациента]. Если в нижней – немного пройтись, потанцевать, встряхнуть [пациента] за пятки и лодыжки или поочередно их простучать.

རྒྱུ་ལངས་ན་གསུམ་པ་དང་། མོལ་སྒྲིང་། དབྱུག་ཤུལ་མ་གཏོགས་པའི་རྗེས་ཡར་སྐྱོའི་ཐད་ཕུར་རོལ་སྒྲིང་རྒྱུ་ལྷོ་
འབོགས་ལྷོ་ལ་འཕྱོ་བའི་དུམ་པས་མི་ཟེན་པའི་ཁོང་པ་གང་སྐྱོང་དང་། སྐྱོ་བ་དང་། རྩེང་ཐོག་འཁོར་བ་རྣམས་
ལའི་དབྱུག་ཤུལ་མིན་པའི་གསང་རྣམས་སུ་ཚེ་འོད་དང་། ལྷུ་མ་མནན་བྱའོ།

Если поднимается *лунг*, следует растирать точки верхних врат, исключая область живота, *ol stong* и мест постукивания. При *лунг* сердца, сумашествии и бреде, беспокойстве сознания, плохой памяти, холоде внутри, вздутии и головокружении нужно прогревать и втирать масло в точки, где не было постукивания.

དེས་ནི་གོང་གི་ནད་གདོན་བགོགས་ལྷོ་སྐྱོན་ཐམས་ཅད་སེལ་འོལ་སྐྱེན་དང་རིམ་གྱོ་ལ་སོགས་མི་དགོས་ཏེ།
གཅིག་ཚོག་ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་ལྷ་བྱའོ།

Так устраняют все болезни, негативные влияния *don*, духов препятствий *geg* и изъяны медитации, не нужны будут ни лекарства, ни ритуалы. Достаточно одного [метода], подобного исполняющей желания драгоценности.

ཡང་རྣལ་འབྱོར་པ་དབང་གི་བསྐྱེན་པ་ཐེམས་པས་དབྱུག་པ་ལ་དར་སྐྱ་ལྷ་དང་ལྷ་འདྲེ་མི་གསུམ་གྱི་སྐྱོ་དང་།
མཁའ་འགྲོའི་སྐོག་འཁོར་བཏགས་ལ་བསེལ་མཁའ་འགྲོའི་ལས་སྐྱོར་འབྲུམ་བཞུགས་ནས་མི་འོར་ཟས་གསུམ་གང་
འདོད་ཤམ་བུ་བཏགས་ནས་གཡུགས་ན་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་སྐྱུང་དེའི་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་འོང་བས་མི་མཚོད་དང་
ཚོགས་འཁོར་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ།

Также йогин, получив посвящение, должен привязать к палочке шёлк пяти цветов, камень энергии *ла* богов, духов *dre*⁵⁸ и людей⁵⁹, а также янтру жизненной силы Дакини и, начитав сто тысяч практик активности Дакини или [Защитников] *Sə*⁶⁰ поставить на алтарь желаемое: людей, скот или пищу. Выбросив его [после ритуала], обретёте контроль над всем. С неколебимой уверенностью в будущем усердствуйте в совершении огненного подношения и пиршественного подношения Ганачакры.

ཨི་མའི་མན་དག་རིན་ཚེན་གསེར་ལྷ་བྱུང་གསང་འདུས་རྒྱུད་ལས་ཨོ་རྒྱན་དམའི་བཀོལ་ཏེ་སྤྱི་རབས་དོན་དུ་ཡང་།
གན་སྐྱེས་བྲག་ལ་སྐྱས་ཏེ་བཞག་མ་འོངས་ལས་ཅན་བུ་གཅིག་དང་། འཕྲད་ནས་འགྲོ་དོན་མཐར་རྒྱས་ཤོག་ལྷོ་
གཏོར་རྒྱུ་ཟབ་རྒྱུ་གཏད་རྒྱུ་

⁵⁸ 'dre
⁵⁹ т.е бирюзу
⁶⁰ bse

Эма! Эти драгоценные наставления, подобные золоту, Я, Оргьенпа, взял из Гухьясамаджа-Тантры ради будущих поколений и, сокрыв, оставил в Намкедраг⁶¹. Пусть в будущем его обнаружит молодой человек с подходящей кармой и повсеместно распространит ради существ! Печать сокровища! Печать глубины! Печать цели!

ཤོག་སེར་ངོས་ནས་ཐང་དཀར་དུ་བྱས་སོ།། བྱི་ཡི་ལོ་ལ་གཏེར་སྟོན་རྣམས་རྟེན། འགོ་བ་རྣམས་ལ་ཕན་པ་རྒྱ་ཚེན་
ཤོག།

Вот что проступило на желтом свитке, замоченном в белом отваре. Обнаружил в год собаки тертон Ратна. Да умножится благо для существ!

⁶¹ *gnam skas brag*

གསུམ་པ། །དབྱུག་བཙོས་གནམ་ལྷགས་ཇོ་རྗེ།

3. Ваджра метеоритного железа – лечение палочками югчо.

སྐ་བ་ཕྱུ་དབང་ཕྱུག་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན།
Кава Шакья Вангчуг Кунга Гьялцен

དབྱུག་པའི་མན་ངག་སྐ་དཀར་ཁྱི་གང་ལ། །བལ་དཀར་ཚོར་བྱའི་ཐོ་བ་རབ་བརྗེད་ལྷན། །བསྐྱེད་ཚོག་རྒྱས་བཏབ་
ཤིས་བརྗེད་ལེགས་གྲུབ་ནས། །གདོན་ཅན་ཤོ་རེ་མཛོ་ཡུགས་དམ་སེལ་ཅན། །རིག་ཏུ་མི་འཇུག་ས་རྗེན་ལ་མི་བཞག

Наставления по палочкам. Она должна быть сделана из белого хлыста длиной один локоть с молоточком в виде драгоценности, отполированным до блеска белой шерстью, благословлена развёрнутой садханой стадии зарождения и благопожеланиями. Её не должны касаться захваченные негативными влияниями *дон*, те, у кого раздвоена губа, прокажённые, вдовы и нарушители обетов, её нельзя класть на землю.

།རང་ཉིད་གསང་བདག་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀ་ནས། །འོད་འཕྲོས་ནད་གདོན་གོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་
བཀུག །གསང་དེར་བསྐྱེམ་ལ་དབྱུག་པས་བསྐྱེན་པའི་ཚོ། །བགོགས་ཀྱི་གདུག་སེམས་ཟུག་རྩའི་མཚན་འཛིན་
ཀུན། །གནམ་ལྷགས་འབར་བས་བསྐྱེན་པའི་སྤར་བ་བཞིན། །ཐལ་བར་བྱས་ཤིང་ནད་པར་གོད་བྱེད་ཀྱི། །སེམས་
ཉིད་གཟུང་འཛིན་བྲལ་བའི་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས། །སྣོང་ཉིད་སྣོང་རྗེའི་ངང་དུ་རོ་སྟོམས་བྱས།

Представляйте себя как проявление Мастера Тайных учений, из вашего сердца излучается свет, связывает все болезни, негативные влияния *дон* и всё вредоносное и входит в тайные точки. Когда вы постукиваете по ним палочкой, вся злость духов препятствий *gez*⁶², характеризующаяся болью, разрушается в пыль, подобно тому, как пылающий метеорит испепеляет жука. Пребывайте состоянии равного вкуса пустотности и сочувствия в пространстве явлений Дхармадхату без цепляния за ум, вредящий пациенту.

⁶² *bgegs*

འབྲུག་ཐབས་ཤལ་གདོང་ལྷག་རྩམ་པ་ལ། །འདྲེད་ཐབས་དང་པོ་ཚུང་ཏུ་རིམ་ཤེད་བསྐྱེད། །གསང་དང་ཕན་ཡོན་
པལ་ཆེར་མེ་དང་མཐུན། །བྱད་པར་སྐྱོང་རྒྱང་སྐྱོང་འཚངས་སྐྱོ་འབོག་གདོན། །མ་ལྷ་གང་མིན་ནད་ཀྱི་དབྱེད་
མཚོག་སྟེ།

Метод постукивания. На мышцах прямое воздействие, на костях – скользящие, сначала аккуратные, постепенно усиливающиеся. Точки и показания к ним по большей части соответствуют точкам и показаниям к прижиганию. В частности, это лучшая процедура при *лунг* сердца, болезни *тоцанг*⁶³, сумасшествии, бреде, негативных влияниях *дон*, нарушении пищеварения *мажува* и холодных *синбу*.

།གཙོང་ཆེན་ཁྲག་མཁྲིས་ཚད་པ་སྐྱུམ་མར་སྤངས།

При великой хронической болезни *чонгчен*⁶⁴, жаре крови и *трипа* и беременности лечения палочками нужно избегать.

།རྣལ་འབྱོར་དབང་ཕྱུག་གྲུབ་ཆེན་ཨོ་རྒྱན་གྱིས། །རྣེ་བའི་གསུང་ཆོག་མདོ་དོན་སྐྱོང་པོ་འདིས། །ནད་གདོན་
བགོགས་དབྱེད་ཕྱི་མར་འཐག་པ་ཡིན། །བཀྲ་ཤིས་འགོ་བ་ཡོངས་ལ་ཐོབ་པར་ཤོག།

Йогин Вангчуг записал здесь эту сущность прямых слов Оргъена, стирающую в порошок болезни, негативные влияния *дон* и груды препятствий *гег*. Пусть полностью все существа обретут благоденствие!

དེ་ལྟར་རྒྱ་བོད་མཁས་པ་ཡི། །ཕྱུག་ལེན་མཐོང་བརྒྱད་མ་ཚད་པའི། །མན་ངག་ཡིད་ཆེས་མདོན་སུམ་དུ། །ངེས་པར་
སྐྱོར་བྱེད་འདི་ལྟ་བུ།

Так в действительности даруются заслуживающие доверия наставления непрерывавшейся передачи живого практического опыта мудрецов Тибета и Китая.

།ཡིད་བཞིན་ལོར་ལྟར་ཀུན་ལ་མེད། །དང་སྤོང་མཁས་པའི་སྐྱན་བརྒྱད་རྣམས། །སྤོན་ཆད་ས་སྐྱོང་མ་གྲགས་
པའི། །དཀོན་མེད་རྒྱལ་ཁབས་བསྐོར་ལ་དྲིས། །བདེན་རྒྱན་ལག་དུ་ལོངས་ལ་སྟོས།

Нет средства, подобного исполняющей желания драгоценности единого для всех. Нередко сталкиваешься с неизвестными ранее в этой местности наставлениями знатоков и мудрецов. Странствуйте по разным странам, задавайте вопросы и на практике смотрите правда это или ложь.

⁶³ *stod 'tshangs* - гипертония

⁶⁴ *gcong chen*

ཁོ་ལོ་ན་མཁུ་སྐྱེལ་བའི་གཤོང་ཞིང་ཡིན། ཚོ་སློབ་སྟེར་བའི་འདོད་འཇོ་ཡིན། ལྷན་གྲགས་ཐོབ་པའི་བ་དན་
ཡིན། མཁུ་སྐྱེལ་འབྱེན་པའི་ཇེ་མེག་ཡིན། འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུ་ཡིན།

Это поле, на котором возрастает урожай заслуги; корова исполнения желаний, дающая жизнь; стяг обретения славы; данный вам мудрецами ключ; драгоценность, из которой возникает всё желаемое.

ཀླུ་གྱིས་ཤེས་ན་མཁུ་སྐྱེལ་བ་སྟེ། རྒྱ་གར་ཡུལ་ན་ཚན་དན་གིང་། ལ་ཚེའི་ཡུལ་ན་གུར་གུམ་རྩ། ཉེ་ཕྱིར་རང་གི་
ལྷན་ལོ་རྒྱུ། ཡང་ན་རིག་པ་དོན་མཉམ་བཞེ། ཡང་ན་རིག་པ་ལོ་རྒྱུས་སྒྲ། ཡང་ན་དམ་ལན་སྟོང་རྩེ་ཆེ།

Поэтому, чтобы стать известным всем знатоком как сандал в Индии или шафран в Кашмире, нужно самому добывать ценные знания – или обмениваться равными знаниями, или выкупать знания за драгоценности или просить во исполнение обетов сочувствия.

ཁག་ལན་དོན་བྱེད་པའི་སློབ་བྱ་ལ། ཁག་སོ་རིག་བསྟན་པ་སྐྱེལ་ཕྱིར་བྱེན། འདེག་བ་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོར་བསྟོ།

Я написал это ради процветания учений Сова Ригпа, для учеников, пекущихся о других. Посвящаю это благо великому Просветлению!

-དབྱུག་བཙུག་གནས་ལྷགས་དོ་རྩེ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་སྐྱེ་བ་ཤྲུ་དབང་ལྷུག་གིས་བཅམས་པའི་"མན་ངག་ཀུན་གྱི་སྟོང་པོ་བསྐྱེས་པ་"ནས་བྱུར་
འདོན་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།

Этот текст «Ваджра метеоритного железа – лечение палочками югчо» взят из составленного Кава Шакья Вангчуг Кунга Гьялценом трактата «Меннгаг кунгьи ньингпо дуа» (Собрание сущности всех наставлений).