

О. В. Лиокумович

石音



ПЕСНЯ БЯНЬ ШИ

Беседы о гуаша



Москва 2026

Олег Лиокумович

Песня Бянь Ши. Беседы о гуаша

«Издательство «Перо»

2026

УДК 615.82
ББК 53.54

Лиокумович О. В.

Песня Бянь Ши. Беседы о гуаша / О. В. Лиокумович —
«Издательство «Перо», 2026

ISBN 978-5-00270-820-8

Книга «Песня Бянь Ши» - разговор. О камне, который стал продолжением руки. О теле, которое говорит языком цвета, тепла и напряжения. О диагностике, которая начинается не с вопроса «что болит?», а с тишины и внимания. Автор не учит «приёмам» — он делится опытом. О «Семи вратах», за которые мастер не входит. И о том, почему иногда лучше не брать в руки инструмент вовсе. Для тех, кто уже в практике. И для тех, кто только хочет научиться слышать. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 615.82
ББК 53.54

ISBN 978-5-00270-820-8

© Лиокумович О. В., 2026
© «Издательство «Перо», 2026

Содержание

Глава 1	6
Глава 2	8
Глава 3	11
Глава 4	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Олег Лиокумович

Песня Бянь Ши. Беседы о гуаша

Моему отцу посвящается



© О. В. Лиокумович, 2026

Глава 1

Открывая свиток

*Врач, умеющий определить болезнь только по
внешнему виду, – высший;
по голосу – совершенный;
по расспросу – ремесленник;
а по пульсу – лишь мастеровой.*

Ци Бо

Врач должен лечить не болезнь, а больного.
Гиппократ

Ученик: Учитель, я хочу понять главное. Не как двигать камень, не как ставить банки, не как разжигать моксу, а о чём думать в первую очередь.

Когда я учился в медицинском колледже, нас учили: сначала – диагноз. Остеохондроз, миозит, артроз, вегетососудистая дистония или ещё что-то ясное. Потом – лечение. Противовоспалительное, расслабляющее, согревающее. Теперь я учусь у тебя. И чувствую: здесь всё иначе. Но не могу ухватить – в чём именно заключается разница.

Учитель: Ты почти ответил на свой вопрос.

В западной медицине ты думаешь: «Какая болезнь у этого человека?» В Традиционной китайской медицине (ТКМ) ты думаешь: «Какой меридиан болен?»

Это не замена одного списка названий другим. Это смена точки обзора. Диагноз говорит: что сломалось. Меридиан говорит: где застряла жизнь.

Ученик: Но ведь у болезни есть имя. Грыжа, гипертония, артрит. Разве этого недостаточно?

Учитель: Этого достаточно, чтобы лечить болезнь. Но недостаточно, чтобы встретить человека. Диагноз описывает поломку. Меридиан описывает путь, на котором эта поломка случилась.

Представь: в реке затонула лодка. Западный врач скажет: «Лодка сломана, нужно чинить лодку». Он будет прав.

Но мастер ТКМ спросит иначе: «Почему лодка затонула именно здесь? Какое течение, какой поворот русла, какой камень на дне привели к тому, что именно в этой точке река перестала быть проходимой?»

Он чинит не лодку. Он расчищает русло.

Ученик: Значит, для тебя нет «больных поясниц»?

Учитель: Нет. Есть застой Ци в меридиане Мочевых пузырей. Есть пустота Ян в меридиане Почек. Есть Ветер-Холод, оккупировавший канал Жёлчного пузыря.

Боль в пояснице – это просто крик.

Меридиан – это тот, кто кричит.

Ученик: Но пациент приходит и говорит: «У меня радикулит». Я должен переубеждать его?

Учитель: Нет. Ты должен перевести.

Пациент говорит на своём языке. Ты слушаешь – и переводишь на язык меридианов, Ци, Крови, Пустоты и Полноты.

А потом, когда начинаешь работать, ты говоришь уже на языке тела – камнем, банкой, моксой, пальцами. Но думать ты должен на языке меридианов. Потому что, если ты думаешь – «радикулит», то будешь греть поясницу.

А если ты думаешь «пустота Ян Почек с поднявшимся вверх пустым жаром» – ты поставишь моксу на Юн Цюань, чтобы отвести огонь в стопы. Боль уйдёт из поясницы. Но ты её даже не трогал.

Ученик: Учитель... это так просто и так сложно одновременно.

Учитель: Всё, что рождается из смены взгляда, – одновременно и то и другое. Просто – потому что это всего лишь вопрос: «Какой меридиан?» Сложно – потому что всю жизнь тебя учили спрашивать иначе.

Ученик: А если я ошибусь? Если перепутаю меридиан?

Учитель: Ты перепутаешь. Много раз. Но каждый раз, ошибаясь и возвращаясь, ты будешь слышать тело чуть яснее. Потому что тело никогда не ошибается. Оно просто отвечает на тот вопрос, который ты задал.

Если ты спросил: «Какой диагноз?» – оно ответит болью.

Если ты спросил: «Какой меридиан?» – оно ответит откликом.

Ученик: Значит, мастер – это тот, кто слышит меридианы?

Учитель: Нет. Мастер – это тот, кто никогда не перестаёт их слушать.

Даже когда кажется, что ответа нет. Даже когда пациент ушёл. Даже когда сам уже лежишь на кушетке, и кто-то ведёт камень по твоей спине.

Ты всё равно слушаешь: какой меридиан?

Потому что это не вопрос. Это – способ быть в мире.

...

А теперь – выбрось это из головы.

Не запоминай. Не конспектируй.

Просто в следующий раз, когда к тебе придёт человек с болью, – забудь всё, что знаешь о диагнозах. Хотя бы на минуту. И спроси себя:

Где застряла его Ци?

Ответ придёт не из книги.

Ответ придёт из руки.

Глава 2

Мой путь

Жизнь коротка, искусство долго, случай скоротечен, опыт обманчив, суждение трудно.

Гиппократ

Тело того, кто постиг Дао, остаётся крепким и здоровым. Кто не постиг Дао – стареет.

Ци Бо

Ученик: Учитель, прости моё любопытство! Где ты учился? Кто тебя учил?

Учитель: Мне часто задают этот вопрос. Обычно я отвечаю, что ещё учусь, потому что всего не расскажешь. И это для меня довольно утомительно.

Пациенты ведут себя по-разному. Фантазируют и даже иногда рассказывают придуманные ими небылицы другим людям.

Например, что я много лет жил в Тибете. Да, один из моих учителей лама Ринчен Тензин, но это не значит, что я бывал в этих краях. Я вообще глубоко убеждён, что ты там, где твоё Сердце.

И всё-таки я не оставляю твой вопрос без ответа.

Мой первый учитель был родом из семидесятых. Ему было десять лет, и он, скрестив ноги в позе лотоса на полу московской квартиры, искал ответы в древних книгах об Аюрведе. Он ещё не знал, что его главный учебник будет написан не на санскрите, а на языке спины, наречии мышц и диалекте боли.

Прошло тридцать пять профессиональных зим. И двадцать лет назад моя рука взяла скребок из нефрита, а потом из чёрного камня Бянь. Не холодную красоту, а глухой звон глубин. Сердце выбрало его, узнав родственную твёрдость и ту же готовность резонировать с тем, что скрыто.

Так, где же я учился? Я учился у тишины йогического утра. У терпения, которому учат трактаты. У отчаяния, когда знания не срабатывали. И наконец – у мудрости простого камня, который показал мне, что всё, что мне нужно знать, уже написано на карте человеческого тела. Просто надо выучить этот язык. И я учу его до сих пор. Каждый день. Каждый сеанс – новая фраза, новый иероглиф, начертанный лучом на коже».

Мой путь к встрече с гуаша начался в благословенном 1974 году.

Пионерский лагерь. Я заболел и лежал в палате. У меня было много свободного времени. И я заполнил его чтением журнала «Вокруг света». В одном из номеров мне попала статья о йоге. С этого момента и начался Путь.

Моим первым учителем был мой отец, Владимир Хацкелевич Лиокумович. Он прекрасно знал и владел спортивным массажем (тогда он назывался «финским»). Моим вторым учителем стал Василий Петрович Елшанский, соратник моего отца. Это была уникальная и легендарная личность. Альпинист, известный своими походами и первовосхождениями на Тянь-Шань в рамках развития армейского альпинизма. Мы много общались и говорили о Востоке, о йоге и многом другом. Светлая память о нём всегда в моём сердце.

В нашем доме было много книг по анатомии и физиологии. Мой дед, Хацкель Хаимович Лиокумович занимался научными исследованиями. В частности, антропометрическими. И дед, и отец написали несколько учебников по моделированию и конструированию обуви и обувных колодок. Этот дух я впитал с малых лет, и анатомические атласы рассматривал с большим интересом.

У меня не было выбора, и я попытался продолжить дело деда и отца. Получил профессию модельера-кол од очника и несколько лет работал в этой области.

Ученик: Учитель! Это очень интересно!

А когда ты в первый раз столкнулся именно с китайской традиционной медициной? Ведь что-то такое наверняка должно было быть в твоей жизни?

Учитель: Да, был такой случай. Это был 1981 год. Мой отец сильно заболел. И к нам в гости приехал друг семьи. Он был военным, кажется в звании подполковника. Его местом службы был Дальний Восток. Посмотрев на отца, он сказал, что, по его мнению, надо сделать баночный массаж. Этому его научили китайцы.

О таком способе применения банок мы ни разу не слышали.

Да. Конечно, в каждой советской семье тогда были банки. Их чаще всего хранили в коробках из-под обуви, и когда кто-то заболел, доставали и активно применяли. Ставили стационарно. Но, чтобы их двигать по телу?! Для нас это был шок!

Друга семьи несколько не смутили наши удивлённые лица. Он прекрасно справился. И надо отдать ему должное: эффект был быстрым и заметным. Отцу стало значительно лучше. Так и состоялось моё первое знакомство с традиционной китайской медициной. А свой первый баночный массаж я сделал ю лет спустя, работая в оздоровительном центре.

Этот центр открыл Василий Иванович Воробьёв – кандидат медицинских наук, доцент, главный диетолог Вооружённых сил СССР. Автор одной из самых эффективных методик снижения веса.

В оздоровительном центре работали врачи различных специализаций: терапевты, диетологи, эндокринологи, психотерапевты, гомеопаты, фитотерапевты.

Работала там и врач иглорефлексотерапевт, которая проходила обучение в Китае в 1960-х. Когда мы познакомились, ей было за 70. Я смотрел, как она работает, и запоминал.

Ученик: Она тебе что-то объясняла?

Учитель: Сначала нет. Это не в восточной традиции, брать и сразу всё объяснять. Сначала надо научиться смотреть.

Сейчас, к сожалению, всё иначе. Сразу пытаются «поставить руку». А человек ещё не успел напиться мыслями и образами. У него ещё не возникло желание повторить за учителем. Это желание формируется не сразу. Постепенно – поэтому ученик должен стоять и смотреть. Потом он сам начнет задавать вопросы.

Разные вопросы.

Так делает хороший ученик. Плохой ученик вопросов не задаёт. Либо ему всё понятно, либо не интересно. Он сидит, и механически пишет конспект.

Из таких учеников получаются ремесленники.

Человек может быть прекрасным ремесленником, и в это нет ничего плохого. У каждого свой Путь.

Ученик: Ты работал модельером. И как же так произошло, что тяга к медицине взяла верх? Как ты оставил дело династии?

Учитель: Просто пришло время.

Я получил медицинское образование и стал работать массажистом. Мне посчастливилось учиться лечебному массажу у Натальи Ароновны Белой. Значительно позже я учился у Михаила Анатольевича Ерёмушкина. Это знаковые фигуры в моей профессиональной жизни.

Ученик: И всё-таки, что было предвестником твоей любви к гуаша?

Учитель: Я работал и думал, как удивительно гармонично устроено тело человека. Эти размышления привели меня к мысли о поиске закономерностей. Чем я и занялся. Знания, полученные ранее (пластическая анатомия, черчение, рисунок, скульптура и др.) очень пригодились. Я много чертил и много думал. Я не знал, что пытаюсь заново изобрести велосипед.

Прошло несколько лет, и моим домом стал НИИ трансплантологии и искусственных органов. Отделение физиотерапии. И здесь моим наставником, и учителем стала замечательная врач (она же заведующая) Роза Фёдоровна Кадыкова. Светлая ей память!

Были в тот период и другие специалисты, у которых я учился. В частности, судьба меня свела с одним китайским врачом. Специалистом по Туй На. Но всё это было лишь подготовкой к встрече с гуаша.

И вот, в 2006 году эта встреча состоялась!

Это была «любовь с первого взгляда»! Я понял и почувствовал то, что искал все эти годы. Да, это был «велосипед», давным-давно изобретённый в Китае!

Пазл сложился!

В тот период моей жизни я уже ю лет работал в балете Аллы Духовой «Тодес» (общий стаж работы в балете 22 года). Искал систему, которая позволила бы как можно быстрее бороться с балетными и спортивными травмами.

У артистов балета, цирка и профессиональных спортсменов нет большого количества времени на лечение и реабилитацию. Каждый держится за своё место и старается как можно быстрее встать в строй.

Тогда я ещё ездил с артистами балета на гастроли. Самолёты, поезда, автобусы, гостиницы, концертные залы. Предыдущий опыт позволял мне работать быстро и в любых условиях, но это было всё равно не то, что я искал.

И вот, эта долгожданная встреча!

С ТКМ и гуаша первыми меня познакомили Елена Ивановна Пархоменко (тогда главный врач корпорации «Ли Вест») и Наталья Николаевна Котенева (врач корпорации). Они проходили обучение в Китае.

Позже были и другие учителя. В рамках международной оздоровительной программы «Гринспринг» я учился у профессора Хоу Чжисиня, на тот момент он занимал должность заместителя председателя Секретариата Всекитайской медицинской научной ассоциации по оздоровлению лиц преклонного возраста, комиссии по профессиональному гуаша. У профессора Ван Вэй из Тяньцзиньского университета ТКМ и у других специалистов по гуаша из КНР.

Были многочасовые просмотры видеофильмов и, конечно, практика. Практика каждый день. Из практики рождается опыт. Из опыта рождается интуиция.

Все люди разные. У каждого своя история. К каждому нужен индивидуальный подход. Умение слышать, анализировать и сопереживать. Тогда есть вероятность, что ты сможешь помочь.

Это мой Путь. Я ещё в дороге.

Чем дальше я иду по нему, тем яснее понимаю, что ничего не понимаю.

У каждого свой Путь. И у тебя, мой дорогой ученик, – свой. Желаю тебе благословенного и плодотворного путешествия! А я буду рядом.

Глава 3

История гуаша

Когда болезнь находится в крови, её следует лечить камнем.
Ци Бо

Глуп тот врач, кто презирает знания, доставшиеся от древних.
Гиппократ

Ученик: Расскажи мне о гуаша! Кто это придумал? С чего всё началось?

Учитель: Кто придумал и когда – этого не знает никто. Пыль тысячелетий покрыла имена первых мудрецов. Это не было «изобретением». Это было открытие – такое же древнее, как первый вздох человека, почувствовавшего, что боль уходит, если потереть ушибленную ногу камнем.

Ученик: Значит, это было случайно?

Учитель: В великом Дао нет случайностей. Есть наблюдение. Есть внимательность. Но можно сказать суверенностью: всё началось с Вянь Ши. Камня, рождённого в глубинах земли, несущего в себе память огня и давления.

Когда наши предки впервые взяли в руки обсидиановый отщеп, чтобы соскоблить шкуру, они, возможно, нечаянно соскоблили и боль. Когда они растирали застывшие мышцы гладкой галькой у костра после долгой охоты – они уже вступали на этот путь. Первые иглы и первые скребки делались именно из этого чудо-камня. Не из бронзы, не из железа – из камня. Поэтому самый первый из традиционных методов лечения, старше даже иглы, так и называется – Бянь Ши, лечение камнями.

Это была не «процедура». Это был инстинкт живого тела, тянувшегося к твёрдой материи Земли за помощью. Человек, прижимавший тёплый плоский камень к ноющему боку, уже практиковал гуаша. Он ещё не знал о меридианах, но его рука уже искала путь для выхода застоя.

Так что, когда ты спрашиваешь, «кто придумал», я отвечу: придумала сама жизнь. А мудрецы Древности лишь заметили это, дали этому имя, выстроили в систему и передали нам, как самый первый дар земли – камень – может врачевать плоть, которая тоже вышла из земли.

Хочешь узнать, как из этого инстинкта родилось учение?

Ученик: Да! Конечно, хочу! Как инстинкт стал учением?

Учитель: Путь от инстинкта к учению – это путь от вспышки молнии к карте звёздного неба. Сначала были наблюдения. Люди заметили: если провести заострённым камнем по коже, остаётся след. Если сделать это с силой – след красный, болезненный. Если провести легко, многократно, по определённом месту – боль уходит, а на коже проступают странные отметины: красные, фиолетовые, словно тучи под кожей.

Ученик: Следы Ша?

Учитель: Именно. Они не знали слова «токсин» или «застой Ци». Они видели зримую болезнь, выходящую наружу. И поняли: то, что вышло на свет, перестаёт вредить внутри. Это был первый великий принцип: вывести наружу.

Потом пришли шаманы и лекари. Они стали связывать эти следы не только с болью в месте нажима, но и с другими недугами. Провели линию от стопы к колену – и прошла боль в животе. Начертили узор на спине – и отпустила грусть. Так постепенно создавалась невидимая карта тела. Прообраз меридианов.

Ученик: Но ведь меридианы – это для иглы! Разве скребком можно повлиять на них?

Учитель: Игла – это тонкая беседа, шёпот по точному адресу. Скребок – это широкая речь, обращённая ко всему «полю» тела, к поверхности кожи, которая, как ты знаешь, есть продолжение внутренних путей. Мы не ищем одну точку. Мы расчищаем целый участок пути, чтобы Ци по нему могла течь свободно. Как расчищают русло реки от хлама и веток. Хотя, если быть точным, гуаша опосредованно может работать не только с внешним. Это вопрос мастерства. Поговорим об этом в другой раз.

Я продолжу.

И вот, когда много позже появились письмена и философия, мудрецы вписали этот простой метод в великие теории Инь-Ян, Пяти Первоэлементов, циркуляции Ци и Крови. Они поняли, что гуаша – это не просто «скоблить». Это регулировать, рассеивать избыток, согреть холод, двигать застой. Так инстинкт стал искусством, а искусство – глубоким знанием.

Но сердце метода осталось прежним: доверие к тому, что тело хочет сказать, и камень, который помогает ему говорить.

Может, теперь ты хочешь услышать голос тысячелетий? Что говорят трактаты?

Ученик: Да! Конечно!

Глава 4

Голос тысячелетий

Врач должен уметь поведать о прошлом, постичь настоящее и предвидеть будущее.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.