

Хана Поделько

Hana Podelko

**ПРЕПОДАВАНИЕ КУРСА СУ ДЖОК ТЕРАПИИ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ
ТЕОРИИ ТРИНАЧАЛИЯ (НА ПРИМЕРЕ ИЗРАИЛЬСКОЙ ПРОГРАММЫ
ОБУЧЕНИЯ)**

**TEACHING THE SU JOK THERAPY COURSE FROM THE VIEWPOINT
OF TRIORIGIN THEORY (ACCORDING TO THE ISRAELI TRAINING
PROGRAM)**

АННОТАЦИЯ. Данная статья посвящена философскому осмыслению преподавания курса Су Джок терапии с точки зрения Теории Триначалия, разработанной профессором Пак Чжэ Ву в начале XXI века. Это первая статья, затрагивающая данную тему. На основании анализа программы обучения Су Джок Израильского отделения ISA автор показывает, что системное обучение предмету должно быть построено с учетом закономерностей Триначалия, которое охватывает все стороны жизни, в том числе и область образования. В работе кратко описываются силы Триначалия, которые профессор Пак Чжэ Ву назвал Нейто, Гетеро, Гомо и Нейтро. Автором статьи обосновывается идея о том, что построение программы с учетом Теории Триначалия и понимания Триначальных закономерностей в процессе непосредственного контакта учитель-ученик, открывает новые возможности для успешной передачи знаний и улучшения качества преподавания. В качестве примера подробно разбирается прохождение программы базисного курса (Нейто), обосновывается как количество часов (16), отведенных на его изучение, так и дальнейшее развитие программы. Интересно отметить, что в статье показано, как Теория Триначалия дает ответ на вопрос, почему важно соблюдать принцип спиральности при проектировании содержания предмета. Такой взгляд будет интере-

сен не только преподавателям Су Джок терапии, но и специалистам в области разработки программ обучения любым предметам.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: Су Джок. Теория Триначалия. Преподавание. Программы обучения.

ABSTRACT. This article is devoted to the philosophical understanding of teaching the Su Jok therapy course according to the Triorigin Theory, developed by Professor Park Jae Woo at the beginning of the XXI century. This is the first article on this topic. After a careful analysis of the Su Jok curriculum administered by the Israeli branch of the ISA, the author shows that systematic instruction in the subject should be built taking into account the laws of Triorigin, which covers all aspects of life, including the field of education. The paper briefly describes the Triorigin forces, which Professor Park Jae Woo named Neuto, Hetero, Homo, and Neutro. The author of the article substantiates the idea that the construction of a program taking into account the Triorigin Theory and including the Triorigin patterns in the process of direct teacher-student contact opens up new opportunities for a successful transfer of knowledge and improves the quality of teaching. For example, the case of the basic course program (Neuto) is analysed in detail and it is shown that the number of hours (16) allocated for its study and the further developments of the program are justified. It is interesting to note that the article shows how the Triorigin Theory provides an answer to the question of why it is important to observe the principle of helicity when designing the content of an object. Such a view will be of interest not only to Su Jok therapy's teachers, but also to specialists in the field of developing training programs for any subject.

KEYWORDS: Su Jok. Triorigin theory. Teaching. Training programs.

Обучение Су Джок терапии в Израиле под эгидой Международной Суджок Ассоциации (ISA) носит систематический характер. Настоящая про-

*Quaderno n. 14 di «AGON» (ISSN 2384-9045)
Supplemento al n. 23 (ottobre-dicembre 2019)*

грамма обучения была разработана нами (доктором Зоаром Ягилем и мной) в 2011 году. За основу были взяты программа обучения израильского Smile Kollege под руководством Джоада Путтермилеха, а также программы Московской Суджок Академии.

В процессе изучения существующих на тот момент программ и построения собственной, я пришла к выводу, что обучение должно базироваться на принципах Теории Триначалия, разработанной профессором Пак Чжэ Ву. Во время работы над программой и подготовки соответствующей презентации мне пришлось еще не раз убедиться в том, насколько правильным было это мое «озарение».

Следует заметить, что взгляд на преподавание сквозь призму Триначалия, позволяет увидеть не только "верхний слой", а также осознать многоуровневость каждой силы и углубиться в структуру, что дает возможность лучше понять процесс обучения и построить его так, что и преподаватель и учащиеся выйдут с урока с чувством удовлетворения и благодарности за взаимное общение.

Напомню, что, согласно теории Триначалия, в нашем мире действуют 4 основные силы.

Сила Нейто (No) – первая фундаментальная сила, без которой невозможно дальнейшее развитие, это ворота из Нулевого мира в реальный, через которые вышли в наш мир все остальные силы; она тихая и молчаливая, самая маленькая и как бы «незначительная» часть чего-либо, однако это и есть та основа, из которой «вырастают» все остальные явления и взаимодействия между ними. Нейто - сила, без которой ничто не может существовать, несмотря на ее как бы «незаметность»; сила, которая связывает наш реальный мир с миром Нулевым, откуда приходят и знания. Хорошим примером важности этой силы может служить тело человека, где шея, часто не самая заметная часть тела по сравнению с другими, играет очень важную роль в нормальном функционировании всего организма.

Сила Гетеро (He) – одномерная сила, которая первая после Нейто приходит в реальный мир, убегая от «скуки» нулевого с неограниченной скоростью, измерить которую не представляется возможным, меняет всё и вся, независимо от наших желаний и возможностей; расширяет и организует хаос

и сумбур, в том числе и в мыслях, проявляется в виде выплесков возмущения и гнева; она всегда первая появляется и непрерывно создает разнообразное новое, в процессе творчества ей нет равных, и, в то же время, она никогда ничего не доводит до конца.

Сила Гомо (Ho) – всегда рядом с Гетеро, она приходит в этот мир вслед за Гетеро, и только для того, чтобы вернуть его домой в нулевой мир, потому что изменений не терпит, никакого хаоса, все должно быть стабильно, сжато, похоже и однообразно, и замедленно. Гомо – двумерна и поэтому более устойчива. Благодаря силе Гомо скорости изменений ограничены, и они не так уж и мгновенны, эволюция часто заменяет революцию, а из летучих веществ, которыми славится Гетеро, возникают твердые вещества. Гомо и Гетеро – они всегда в соревновании, кто «перетянет одеяло на себя», и если Гомо удастся «победить», то застой, уныние и депрессия неминуемы.

Сила Нейтро (Ne) – как результат сбалансированного сочетания первых трех сил No, He, Ho, вносит гармонию в их сосуществование, дает возможность быть нашей реальности, и являет собой, прежде всего, результативность. Достижение значимого результата – это достаточное количество силы

Нейтро, без которой гармоничные достижения невозможны. Приятие, понимание, гибкость, ненасильственное общение, благодарность, безусловная любовь, выход на новый уровень мышления – все это происходит благодаря существованию силы Нейтро. Сила Нейтро запускает спиральные процессы в реальном мире.

В итоге, на основе понимания, как действуют силы Триначалия, а также, как когнитивные процессы происходят в головах учащихся, и была составлена принципиальная программа обучения Су Джок терапии.

Программа – это Нейтро-образование, поэтому допускает гармоничные изменения и уточнения, которые и были внесены (по мере надобности) за 8 лет ее существования. Таким образом, программа обучения Су Джок терапии – это «живой организм».

За основу разработки было взято число 4 (четыре силы Триначалия).

Вся программа состоит из 4-х частей.

- I – базисный курс (No),
- II – первый год обучения (He),
- III – второй год обучения (Ho),
- IV – третий год обучения (Ne).

Кадр из презентации.



Базисный курс (No) состоит из 4-х занятий по 4 часа каждое, которые проводятся раз в неделю. **Первое занятие Нейто** – слушатели приходят ничего не зная, начинают с нуля (числовая характеристика Нейто), удивление (эмоция Нейто) написано на их лицах, когда они убеждаются, к примеру, в подобии кисти телу, и Дух Су Джок (Нейто Разума) начинает свою работу. **Второе занятие Гетеро** – возникает сумбур, определенные проблемы восприятия (например, путают «право-лево», линии диафрагмы), часто перебивают преподавателя внезапными вопросами. Тут важно для преподавателя иметь четкую концепцию подачи материала и уметь повести за собой, не распыляясь понапрасну ответами на вопросы, которые часто дублируют дальнейшее изложение материала. Этому можно научить на курсе учителей. **Третье занятие Гомо** – к этому моменту, как правило, у слушателей появляется

уже первый практический опыт применения полученных знаний, который, в большинстве случаев, удачен. Появляется спокойствие, некоторая основа, знания начинают упорядочиваться, возникает твердая почва (Но) под ногами, появляется устойчивый интерес «а что там дальше». Новые системы соответствия не пугают, и идея их воплощения ясна. Эмоции перестают быть Гетероокрашенными. **Четвертое, оно же и последнее занятие, Нейтро** – здесь уже практики достаточно для обсуждения, изучаются способы применения знаний на практике, слушатели реально включаются в исследовательскую работу методов воздействия различными техниками (семена, цвет, моксы, массаж) и с удовольствием применяют свои знания из других областей (например, образование биолога при лечении семенами). Слушатели благодарны (Нейтро-эмоция) за полученные знания, обратная связь налажена. На этом же занятии проводится экзамен или даются указания для небольшой исследовательской работы. В довершении слушатели получают сертификат об участии в базисном курсе и возможность дальнейшего обучения (только из Нейтро можно выйти на новый уровень). Таким образом, этап Нейто – базисный курс - в систематическом обучении Су Джок гармонично завершен.

Каждое занятие в базисном курсе, как было сказано, это 4 урока. Опять же, **первый урок – Нейто**, когда слушатели только собираются, некоторые опаздывают. Это урок вхождения в ритм всего занятия. **Второй урок**, как вы уже догадались, **Гетеро** – тут и возмущение, и разговоры, и энергия часто бьет через край. К **третьему уроку – Гомо**, страсти стихают, слушатели частично устают, привыкают записывать в своей скорости и без лишних вопросов. **Последний, четвертый урок – Нейтро**, часть урока - это практика (Нейтро – результативность) и вопросы с ответами, и подготовка к домашнему заданию и следующему занятию.

Если объяснить слушателям смысл этих четырех занятий с точки зрения теории Триначалия (а знакомство с Триначалием – это первая тема курса), то Нейтро-отношение ко всему процессу обучения гарантировано. Опыт показывает, что сумбур (Гетеро) и уныние и страх (Гомо) от обилия нового материала, уходят на второй план, уступая место адекватному и спокойному восприятию материала.

Из основы (No) – базисного курса – желающие продолжать учиться выходят на **первый год (Не)** систематического обучения. И, действительно, ко-

*Quaderno n. 14 di «AGON» (ISSN 2384-9045)
Supplemento al n. 23 (ottobre-dicembre 2019)*

личество нового материала таково, что «мысли разбегаются», хаос царит, и слушатели жалуются (Гомо в Гетеро – разрушающий элемент, и понимание этого важно для учителя) на то, что «не успевают» (вспомните бесконтрольные скорости Гетеро-силы). Очень часто появляется страх и паника перед объемом информации, который надо усвоить, и важно учителю почувствовать эти моменты и не дать структурному Гомо разрушить процесс обучения. В то же время, сбалансированное Гомо и Нейтро способствуют гармоничному усвоению материала, когда на каждом уроке есть краткое повторение (Гомо в Гетеро) того, что уже изучили и какой получили результат (Нейтро в Гетеро) при применении полученных знаний. В качестве гармоничной силы Гомо выступает также и практика на уроках, когда слушатели делятся на пары и лечат друг друга изученным на данном уроке методом (например, постановка игл на область печени в йога-системе соответствия). В качестве баланса (Нейтро) между альтернативными методами - Су Джок терапией - и конвенциональной медициной слушатели изучают дополнительно в течение 120 часов анатомию и физиологию, что, согласно израильскому законодательству, является непременным условием для получения сертификата специалиста. В

конце первого года обучения есть специально отведенное время на стаж (практика - Гомо) под наблюдением преподавателя, обсуждаются результаты (Нейтро) и это уже работа всеми изученными методами с реальными пациентами. По окончании курса пишется работа с описанием клинических случаев, и слушатели получают сертификат квалифицированного Су Джок терапевта (1-ая ступень). После этого они уже могут открывать свой собственный кабинет.

Однако учебный процесс на этом не останавливается, хотя не все продолжают учиться. **Второй год обучения (Но)** – знания укладываются в систему, процесс восприятия информации структурируется и становится более адекватным (понятно, что информация есть и ее еще много осталось), легче идет запоминание, и отзывы слушателей, как показывает опыт, менее нервные. Этот год уравнивается внутри силами Гетеро (всегда есть новый материал) и Нейтро (результативность практики (Гомо) как результат теоретического обучения). Здесь тоже есть дополнительный 120-ти часовой курс западной медицины - патологии и расшифровка анализов. В конце второго года пишется достаточно серьезная работа по одному из направлений

*Quaderno n. 14 di «AGON» (ISSN 2384-9045)
Supplemento al n. 23 (ottobre-dicembre 2019)*

(например, Су Джок при лечении ортопедических проблем) с описанием нескольких клинических случаев. Слушатели получают сертификат мастера Су Джок терапевта (2-я ступень) и, таким образом, второй учебный год гармонично завершен. Преподавателю стоит подумать о том, как помочь учащимся окончить второй год гармоничным образом.

В качестве лирического отступления вспомним про силу Нейто. Нейто "незаметно" присутствует все годы обучения, на него уже не обращают особого внимания, ведь знания базисного курса всегда остаются приоритетом в лечении пациентов. Лечебные точки, системы соответствия: стандартная, насекомого и мини; моксы, семена, цвет, массаж и т.п., базисные энергетические точки – все это базисные (Нейто) знания, без которых лечение часто бывает ограниченным.

Успешно завершившие двухгодичное обучение, могут прийти на **третий год обучения – Нейтро**. Это уже специалисты, они много знают, успешно применяют полученные знания, зачастую в собственных клиниках, поэтому третий год обучения построен на изучении тем, которые «остались за кадром». Это такие темы, как ногтотерапия, триначальная хронопунктура, про-

двинутые техники диагностики (по пульсу, иридодиагностика), углубленное изучение триначальной акупунктуры и другие. Здесь так много новой теории (Гетеро), что слушатели часто жалуются (Гомо), что практики (Гомо) недостаточно. Однако их результаты (Нейтро) лечения пациентов впечатляют. В конце третьего года обучения пишется работа подобная тому, что была на втором году обучения, но количество представленных клинических случаев по одной выбранной теме должно быть не менее десяти (к примеру, 10 случаев успешного Су Джок лечения проблем фертильности). По окончании трехгодичного обучения слушатели получают сертификат Су Джок терапевта (SJT) международного образца (ISA) – высшая ступень.

Весь процесс обучения – это Нейтро-процесс. Означает это, что процесс обучения происходит по спирали, т.е. поднимаясь на новый уровень, мы расширяем свое сознание и решаем те же самые проблемы новыми изученными методами и начинаем видеть явления с разных сторон. Только так предыдущие знания становятся истинно нашими и выходят на практический уровень. Построение процесса обучения в соответствии с принципами Триначалия действительно выводит все обучение на уровень систематического не-

прерывного образования и дает возможность находиться в потоке реального времени, учитывая все связи современного мира. Только спиральное обучение (Нейтро) не отдельными курсами, а плавно вытекающими один из другого, - это обучение, настроенное на будущее.

Обучение действительно идет непрерывно, и, если специалист хочет быть в курсе всех сегодняшних достижений, а также восполнить то, что, возможно, не успел получить во время систематического обучения или просто забыл какие-то моменты, он может прийти и прослушать лекции для специалистов, принять участие в местных и международных конференциях, а также в международных семинарах.

Мой преподавательский опыт и опыт собственного ученичества показывает, что утверждение о том, что "лекцию надо слушать как минимум 4 раза" имеет под собой реальную почву, основанную на принципах Триначалия. И поэтому я даю возможность учащимся, которые один раз прослушали, к примеру, базисный курс, прийти на занятия еще раз. Интересно наблюдать за этими слушателями, которые уже "все знают", когда они открывают для себя нечто новое, что не было воспринято с первого, а иногда и со второго раза.

Таким образом, в Израиле воплощается принцип Триначалия в обучении Су Джок терапевтов. И, конечно, есть стремление сделать этот процесс еще более совершенным, для чего и проводятся обучающие семинары для учителей. Но об этом в другой раз.

Я очень благодарна профессору Пак Чжэ Ву, открывшему и донесшему до нас замечательную теорию Триначалия, благодаря которой стало возможным увидеть реальный мир таким, каким он является, и построить систему образования в соответствии с принципами Триначалия.

В качестве приложения – программа базисного курса, принятая в израильской ассоциации (разработка 2012-2014 годов). Пояснение: в последнем столбце информация для преподавателя, которую слушатели не получают. Преподаватель получает дополнительно презентацию, а также информацию о том, как проводить урок, какие материалы давать слушателям, и какие инструменты необходимо иметь при проведении занятий.

*Quaderno n. 14 di «AGON» (ISSN 2384-9045)
Supplemento al n. 23 (ottobre-dicembre 2019)*

Су Джок

Программа базисного курса

4 встречи по 4 часа

| Тема лекции (4 академических часа) | План лекции | Знания, умения, навыки (информация для преподавателя) |
|---|--------------------|---|
|---|--------------------|---|

| | | |
|---|---|--|
| <p>1. Введение в Су Джок, стандартная система соответствия телу на кисти</p> | <ul style="list-style-type: none">• Появление и развитие метода Су Джок• Основоположник метода – профессор Пак Чжэ Ву• Первое знакомство с теорией Триначалия.• Объективные и медитативные методы в Су Джок• Подобие кисти телу, доказательства подобия.• Стандартная система соответствия на кистях.• Линии ориентирования – срединная линия, границы инь-ян, линии диафрагмы.• Проекция органов выше диафрагмы на кисти.• «Большой палец – голова»• Расположение органов ниже диафрагмы на кисти (начало).• Практическая часть: знакомство с инструментами Су Джок, понятие лечебной точки, навыки поиска лечебных точек и воздействия на них, знакомство с литературой | <p><u>Слушатели должны:</u></p> <ul style="list-style-type: none">* знать кто является основателем метода Су Джок* знать в чём различия между четырьмя силами Триначалия* знать каковы доказательства подобия руки телу* знать где на кисти находится соответствие линии диафрагмы и срединной линии* уметь правильно располагать руку для нахождения проблемных точек выше\ниже диафрагмы* уметь найти на своей руке или на руке пациента точку\зону соответствия проблемному органу |
|---|---|--|

| | | |
|--|--|--|
| <p>2. Стандартная система соответствия на кистях и стопах</p> | <ul style="list-style-type: none">• Стандартная система соответствия на кисти (продолжение) – соответствие органам брюшной полости, грудной клетки, позвоночнику, голове, шее, конечностям – детальное описание.• Первичное и вторичное соответствие.• Примеры поиска лечебной точки в соответствии с локализацией проблемы.• Стандартная система соответствия на ступне, линии ориентирования: линии диафрагмы, срединная линия, границы инь-ян.• Практическая часть: поиск лечебных точек, лечение с помощью массажа.• Мини-система соответствия.• Поиск лечебных точек в мини-системе соответствия.• Принципы семянотерапии.• Техники массажа.• Практическая часть: работа в парах – поиск лечебных точек, лечение, приобретение навыков в нахождении зон\точек соответствия органам на руке и ступне. | <p><u>Слушатели должны:</u></p> <ul style="list-style-type: none">* уметь нарисовать соответствие диафрагме и линиям симметрии (срединным линиям) на кисти и ступне* уметь нарисовать соответствие органам на собственной руке и руке (ступне) пациента в стандартной системе и мини-системе.* знать разницу между первичной и вторичной системами соответствия.* знать, как применять семена при работе по соответствиям.* уметь проводить массаж проблемных зон. |
|--|--|--|

| | | |
|---|--|---|
| <p>3. Лечебные техники при работе по соответствиям и правила безопасности. Лечение по базисным точкам.</p> | <ul style="list-style-type: none">• Стандартная система соответствия (продолжение)• Мини-система соответствия (продолжение)• Стандартная система насекомого на пальцах, поиск лечебных точек.• Существование других систем соответствия – принцип «в каждой точке – всё тело»• Выбор системы в соответствии с проблемой.• Лечебные техники: массаж, моксотерапия, цветотерапия, магнитотерапия, семянотерапия.• Правила безопасности во время проведения лечения.• Аппликационная диагностика.• Границы боли, лечение по двум точкам, трем точкам, лечение по пяти ступеням.• Практическая часть: отработка навыков поиска лечебных точек и методов воздействия.• Лечение по базисным энергетическим точкам. | <p><u>Слушатели должны:</u></p> <ul style="list-style-type: none">* уметь находить соответствие нужному органу в трех системах (станд., мини, насекомого)* знать, где находятся базисные энергетические точки и способы воздействия на них.* уметь выбрать инструмент для воздействия в соответствии с проблемой* знать правила безопасности при работе с моксами и магнитами* уметь продиагностировать, как протекает лечение (в соответствии с ощущениями пациента) |
|---|--|---|

| | | |
|--|--|--|
| <p>4. Различные подходы к лечению по соответствию, мини-система соответствия.</p> <p>Проверочная работа и вручение удостоверений об окончании курса.</p> | <ul style="list-style-type: none">• Системы соответствия – стандартная, мини и «насекомого» – краткое повторение.• Критерии выбора системы для лечения.• Лечение по трем точкам и пяти ступеням (продолжение).• Практическая часть: отработка навыков поиска лечебных точек в различных системах соответствия и выбора методов воздействия.• Клинические случаи (примеры).• Проверочная работа, обсуждение.• Выдача удостоверений. | <p><u>Слушатели должны:</u></p> <ul style="list-style-type: none">* знать критерии выбора системы для лечения* уметь найти на руке соответствия органам в трех системах соответствия* уметь находить лечебные точки и границы боли в соответствии с проблемой* уметь определять границы инь-ян на теле и в соответствии* уметь применять подходящие техники лечения в соответствии с проблемой |
|--|--|--|

ЛИТЕРАТУРА

Пак Чжэ Ву (2005) Мир Триначалия, т.1 «Триначальная Модель», Су Джок Академия, Москва

Пак Чжэ Ву (2013) Мир Триначалия, т.2 «Триначальная Последовательность», Су Джок Академия, Москва

Пак Чжэ Ву (2013), Мир Триначалия, т.3 «Система Триначального Сознания», Су Джок Академия, Москва

Пак Чжэ Ву (2013), Триначальная Хронопунктура, Су Джок Академия, Москва

Пак Чжэ Ву (2018), Триначальная Акупунктура, т.1, Су Джок Академия, Москва

Пак Чжэ Ву (2003), Триначальная Спиральная Гимнастика, Су Джок Академия, Москва

Пак Чжэ Ву (2004), Триначальная Улыбкамедитация, Су Джок Академия, Москва

Программа обучения Су Джок терапевтов (на иврите) -
<https://www.israelsujok.com>