

УДК 611/612+159.96  
ББК 54.1+88.6  
О-44

Michel Odoul, the Author. Prefaced by Dr Thierry Médynski  
DIS-MOI OÙ TU AS MAL, JE TE DIRAI POURQUOI

© Dervy pour les précédentes éditions

© Editions Albin Michel — Paris 2002, 2018.

Published by arrangement with SAS Lester Literary Agency & Associates

armandsketch, researcher97 / Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

**Одул, Мишель.**

О-44      О чем говорит боль / Мишель Одул ; [перевод с французского Наумовой И.]. — Москва : Эксмо, 2020. — 240 с. — (Энергия здоровья).

ISBN 978-5-04-106102-9

Книга представляет собой идеальное учебное пособие для тех, кто подбирает ключи к расшифровке языка тела. Читая ее, мы научимся относиться к болезни не как к случайности или року, а как к посланию нашего сознания, нашего внутреннего существа, нашего внутреннего наставника. Возможно, за тем или иным недугом мы сможем увидеть «созидательную болезнь», если понимать ее как средство для движения вперед по пути нашего развития.

УДК 611/612+159.96  
ББК 54.1+88.6

ISBN 978-5-04-106102-9

© Наумова И., перевод на русский язык, 2019  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

ЭНЕРГИЯ ЗДОРОВЬЯ

Мишель Одул

## О ЧЕМ ГОВОРИТ БОЛЬ

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*  
Руководитель направления *М. Виноградова*  
Ответственный редактор *Е. Никищихина*  
Редактор *Л. Гречаник*  
Младший редактор *А. Субботина*  
Художественный редактор *Е. Гузнякова*  
Компьютерная верстка *Н. Зенков*

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Өндiрушi: «ЭКСМО» АҚБ Бiлiсi, 123308, Мoскеу, Ресей, Зoрге кoшесi, 1 үй.

Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Тауар белгиси: «Эксмо»

Интернет-магазин: [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

Интернет-магазин: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттың «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды

қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайты: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ

о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 03.04.2020. Формат 60x84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 14,0.

Тираж экз. Заказ

ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ К НАМ!



МЫ В СОЦСЕТЯХ:

 [eksmolive](#)

 [eksmo](#)

 [eksmolive](#)

 [eksmo.ru](#)

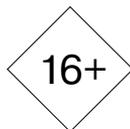
 [eksmo\\_live](#)

 [eksmo\\_live](#)

ISBN 978-5-04-106102-9



9 785041 061029 >



В электронном виде книги доступны во всех  
Купите на [www.litres.ru](http://www.litres.ru)

**ЛитРес:**  
СОВЕТСКИЕ ЭЛЕКТРОННЫЕ КНИГИ



**Москва.** ООО «Торговый Дом «Эксмо»

Адрес: 123308, г. Москва, ул. Зорге, д. 1.

Телефон: +7 (495) 411-510-74. **E-mail:** [reception@eksmo-sale.ru](mailto:reception@eksmo-sale.ru)

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»  
**E-mail:** [international@eksmo-sale.ru](mailto:international@eksmo-sale.ru)

*International Sales: International wholesale customers should contact  
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.  
international@eksmo-sale.ru*

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном оформлении, обращаться по тел.: +7 (495) 411-68-59, доб. 2261.  
**E-mail:** [ivanova.ey@eksmo.ru](mailto:ivanova.ey@eksmo.ru)

Оптовая торговля бумажно-беловыми и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:  
Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2, Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс: +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).  
**e-mail:** [kanc@eksmo-sale.ru](mailto:kanc@eksmo-sale.ru), сайт: [www.kanc-eksmo.ru](http://www.kanc-eksmo.ru)

**Филиал «Торгового Дома «Эксмо» в Нижнем Новгороде**

Адрес: 603094, г. Нижний Новгород, улица Карпинского, д. 29, бизнес-парк «Грин Плаза»  
Телефон: +7 (831) 216-15-91 (92, 93, 94). **E-mail:** [reception@eksmonn.ru](mailto:reception@eksmonn.ru)

**Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Санкт-Петербурге**

Адрес: 192029, г. Санкт-Петербург, пр. Обуховской обороны, д. 84, лит. «Е»  
Телефон: +7 (812) 365-46-03 / 04. **E-mail:** [server@szko.ru](mailto:server@szko.ru)

**Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Екатеринбурге**

Адрес: 620024, г. Екатеринбург, ул. Новинская, д. 2щ  
Телефон: +7 (343) 272-72-01 (02/03/04/05/06/08)

**Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Самаре**

Адрес: 443052, г. Самара, пр-т Кирова, д. 75/1, лит. «Е»  
Телефон: +7 (846) 207-55-50. **E-mail:** [RDC-samara@mail.ru](mailto:RDC-samara@mail.ru)

**Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Ростове-на-Дону**

Адрес: 344023, г. Ростов-на-Дону, ул. Страны Советов, 44А  
Телефон: +7(863) 303-62-10. **E-mail:** [info@rnd.eksmo.ru](mailto:info@rnd.eksmo.ru)

**Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Новосибирске**

Адрес: 630015, г. Новосибирск, Комбинатский пер., д. 3  
Телефон: +7(383) 289-91-42. **E-mail:** [eksmo-nsk@yandex.ru](mailto:eksmo-nsk@yandex.ru)

**Обособленное подразделение в г. Хабаровске**

Фактический адрес: 680000, г. Хабаровск, ул. Фрунзе, 22, оф. 703  
Почтовый адрес: 680020, г. Хабаровск, А/Я 1006  
Телефон: (4212) 910-120, 910-211. **E-mail:** [eksmo-khv@mail.ru](mailto:eksmo-khv@mail.ru)

**Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Тюмени**

Центр оптово-розничных продаж Cash&Carry в г. Тюмени  
Адрес: 625022, г. Тюмень, ул. Пермякова, 1а, 2 этаж. ТЦ «Перестрой-ка»  
Ежедневно с 9.00 до 20.00. Телефон: 8 (3452) 21-53-96

**Республика Беларусь:** ООО «ЭКМО АСТ Си энд Си»

Центр оптово-розничных продаж Cash&Carry в г. Минске  
Адрес: 220014, Республика Беларусь, г. Минск, проспект Жукова, 44, пом. 1-17, ТЦ «Outleto»  
Телефон: +375 17 251-40-23; +375 44 581-81-92  
Режим работы: с 10.00 до 22.00. **E-mail:** [exmoast@yandex.by](mailto:exmoast@yandex.by)

**Казахстан:** «РДЦ Алматы»

Адрес: 050039, г. Алматы, ул. Домбровского, 3А  
Телефон: +7 (727) 251-58-12, 251-59-90 (91, 92, 99). **E-mail:** [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

**Украина:** ООО «Форс Украина»

Адрес: 04073, г. Киев, ул. Вербова, 17а  
Телефон: +38 (044) 290-99-44, (067) 536-33-22. **E-mail:** [sales@forsukraine.com](mailto:sales@forsukraine.com)

**Полный ассортимент продукции ООО «Издательство «Эксмо» можно приобрести в книжных магазинах «Читай-город» и заказать в интернет-магазине: [www.chитай-gorod.ru](http://www.chитай-gorod.ru)**  
Телефон единой справочной службы: 8 (800) 444-8-444. Звонок по России бесплатный.

Интернет-магазин ООО «Издательство «Эксмо»

**[www.book24.ru](http://www.book24.ru)**

Розничная продажа книг с доставкой по всему миру.  
Тел.: +7 (495) 745-89-14. **E-mail:** [imarket@eksmo-sale.ru](mailto:imarket@eksmo-sale.ru)



*Внутреннему наставнику, который умеет  
так замечательно вдохновлять нас, когда мы даем  
жизни возможность продолжаться и дышать в нас...*

# СОДЕРЖАНИЕ

<i>Предисловие</i> .....	9
<i>Предупреждение</i> .....	11
<i>Введение</i> .....	13

## ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

### НЕКОТОРЫЕ ФИЛОСОФСКИЕ ПОНЯТИЯ

КАКИМ МОЖЕТ БЫТЬ ДВИЖЕНИЕ ЖИЗНИ?

Процесс инкарнации .....	19
Путь жизни, или Персональная легенда .....	20
Предшествующее небо и Последующее небо .....	23
Предшествующее небо .....	25
Последующее небо .....	29
Проблема латеральности в теле .....	30
С точки зрения энергетической логики .....	31
С анатомической точки зрения .....	33
Проблема инверсий латеральности .....	34
Физическая согласованность системы и инверсий .....	37
С философской и духовной точек зрения .....	39
Сознательное и бессознательное .....	42
Бессознательное .....	42
Сознательное: уплотнение и высвобождение энергий .....	47
Физиологические проявления .....	58
Психические и психологические расстройства .....	59
Травмы туловища и конечностей .....	61
Органические и психологические заболевания .....	63
Подавленные желания .....	65
«Эффект зеркала» .....	67

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

**КАК ЭТО ПРОИСХОДИТ?**

КАК СВЯЗАТЬ ТО, ЧТО ПРОИСХОДИТ У НАС ВНУТРИ?

<b>ПОНЯТИЕ «ЧЕЛОВЕК МЕЖДУ НЕБОМ И ЗЕМЛЕЙ».....</b>	<b>74</b>
Энергии инь и ян в человеке .....	74
Как работают, структурируются и уравниваются энергии .....	87
Как циркулируют энергии в нашем организме (меридианы) .....	92
Верх и низ .....	98
Правая и левая стороны.....	99
Глубинное и поверхностное.....	101
Что связывает происходящее у нас внутри (меридианы и пять начал)?.....	101
Начало металла .....	102
Начало земли .....	104
Начало огня .....	107
Начало воды.....	110
Начало дерева .....	113

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ

**РЕАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕЛ**

СИМВОЛИЧЕСКИЕ ПОСЛАНИЯ ТЕЛА

<b>О НАЗНАЧЕНИИ КАЖДОГО ОРГАНА ИЛИ ЧАСТИ ТЕЛА .....</b>	<b>118</b>
<b>ДЛЯ ЧЕГО СЛУЖАТ РАЗЛИЧНЫЕ ЧАСТИ НАШЕГО ТЕЛА?.....</b>	<b>124</b>
Скелет и позвоночник.....	125
Заболевания скелета и позвоночника .....	132
Нижние конечности.....	135
Заболевания нижних конечностей .....	137
Тазобедренный сустав.....	137

Коленный сустав.....	140
Голеностопный сустав.....	143
Стопа.....	145
Пальцы ног .....	147
Бедро, бедренная кость.....	150
Икра, большая и малая берцовые кости .....	152
Верхние конечности .....	156
Заболевания верхних конечностей.....	157
Плечевой сустав.....	157
Локтевой сустав.....	159
Лучезапястный сустав.....	161
Кисть руки.....	163
Пальцы рук .....	166
Плечо (бицепс и плечевая кость) .....	170
Предплечье, локтевая и лучевая кости .....	172
Затылок.....	173
Туловище .....	176

## **В ЧЕМ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ**

### **РАЗЛИЧНЫХ ОРГАНОВ НАШЕГО ТЕЛА?.....177**

Система пищеварения .....	178
Заболевания системы пищеварения .....	178
Желудок .....	179
Селезенка и поджелудочная железа.....	180
Печень.....	183
Желчный пузырь.....	184
Тонкий кишечник.....	185
Толстый кишечник.....	186
Дыхательная система .....	187
Заболевания дыхательной системы .....	188

Легкие.....	189
Кожа.....	192
Мочевыделительная система.....	195
Заболевания мочевыделительной системы.....	196
Почки.....	196
Мочевой пузырь.....	198
Система кровообращения.....	199
Заболевания системы кровообращения.....	199
Сердце.....	200
Венозная система.....	201
Артериальная система.....	202
Нервная система.....	203
Центральная нервная система.....	204
Головной мозг.....	204
Спинной мозг.....	207
Нервы.....	208
Автономная нервная система.....	209
Репродуктивная система.....	210
Заболевания репродуктивной системы.....	211
<b>ДРУГИЕ ЧАСТИ ТЕЛА И ОТДЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ.....</b>	<b>213</b>
Лицо и его изъяны.....	213
Глаза и нарушения зрения.....	214
Уши и нарушения слуха.....	216
Рот и заболевания ротовой полости.....	216
Нос и заболевания носовой полости.....	218
Горло и заболевания горловой полости.....	219
Аллергии.....	220
Воспаления и лихорадочные состояния.....	221
Аутоиммунные заболевания.....	221

СОДЕРЖАНИЕ

---

Головокружения .....	222
Спазмофилия .....	223
Кисты и узелки.....	223
Лишний вес или прибавка в весе.....	224
Будимия.....	225
Анорексия .....	225
Люмбаго .....	226
Ишиас .....	226
Головные боли и мигрень.....	227
Волосы.....	228
Рак, раковые опухоли .....	228
Физические или психические недостатки.....	230
<i>Заключение</i> .....	235

## ПРЕДИСЛОВИЕ

По мнению западной медицины, каждая наследственная предрасположенность обуславливает определенное заболевание. Такая предрасположенность может быть врожденной (гены HLA) или приобретенной (хромосомная мутация). В традициях Востока болезнь говорит о препятствии, возникшем на пути жизни. Таким образом, сознание посредством порождающих болезнь энергетических нарушений сообщает о преградах, мешающих своему полному расцвету.

Эти два подхода не являются абсолютно несовместимыми: например, известно, что у мышей спровоцированные стрессовые состояния могут порождаться хромосомными изменениями. Вот почему, обладая абсолютно одинаковой наследственной предрасположенностью, один человек заболевает, а другой останется в добром здравии.

Чтобы не пускаться в сложные и рискованные генетические манипуляции, проще, логичнее и дешевле (во времена бюджетных ограничений) понять психоэнергетические механизмы, лежащие в основе заболевания, чтобы снова обрести здоровье.

В этом смысле книга Мишеля Одуля представляет собой идеальное учебное пособие для тех, кто подбирает ключи к расшифровке языка тела. Читая ее, мы научимся относиться к болезни не как к случайности или року, а как к посланию нашего сознания, нашего внутреннего существа, нашего внутреннего наставника. Возможно, за тем или иным недугом мы сможем увидеть «созидательную болезнь», если понимать ее как средство для движения вперед по пути нашего развития.

С ясностью и простотой раскрывая перед нами психоэнергетические механизмы, управляющие устройством макрокосма и микрокосма, согласно даосскому подходу, автор подводит нас к раскрытию смысла заболевания в зависимости от локализации симптома. Он преподносит нам плоды своего опыта, касающегося шекотливой проблемы латеральности симптомов. Эта тема долгое время вызывала у меня много вопросов, которые редко обсуждаются или в которые вносят путаницу противоречивые выводы. Ответ, который я нашел в этой книге, прояснил мне, как пациенту, идею переживания болезни. Он представляется мне тем более справедливым, что не противоречит представлениям западных традиций, как это доказала, например, Анник де Сузенель<sup>1</sup>.

Несмотря ни на что, такой подход имеет свою цену, так как нам приходится дорого платить за стремление становиться сильнее, обрести ответственность и свободу. Именно благодаря такой цене жизнь приобретает подлинный смысл, но для этого мы должны отказаться от желания укрываться за всемогущим образом врача — «спасителя-исцелителя».

Эта книга может оказаться полезной и для врачей, желающих расширить рамки своего сознания за пределы простого механистического подхода к пациенту, чтобы направлять каждого человека в процессе понимания и осуществления своего пути. Поскольку главная цель XXI столетия заключается в примирении противоположностей, то мы можем мечтать о том дне, когда аллопатическая или классическая медицина, гомеопатия, акупунктура, психосоматический подход и восточная медицина (или, по крайней мере, ее глубинные философские принципы) будут сосуществовать в гармонии.

**Доктор Тьерри Медински**

Доктор Медински — врач-гомеопат и психосоматолог, соавтор книги «Psychanalyse et ordre mondial» («Психоанализ и мировой порядок»), вышедшей в издательстве Montorgueil.

---

<sup>1</sup> Анник де Сузенель (род. 4 ноября 1922) — французская писательница, автор многочисленных книг духовного содержания, раскрывающих истину эзотерических знаний (здесь и далее прим. пер.).

## ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Все примеры, приведенные в этой книге, являются подлинными. Но из желания сохранить анонимность люди названы только по именам, которые были указаны ими самими. Всякое сходство с кем бы то ни было, имеющим такое же имя или пережившим такую же ситуацию, несомненно, является признаком того, что написанное в книге — верно, но речь ни в коем случае не идет о том же самом человеке.

*«Ни один человек не в силах открыть вам чего-то сокровенного,  
кроме того, что уже покоится в полусонном состоянии в истоках  
вашего сознания...»*

**Халиль Джебран<sup>2</sup>**

---

<sup>2</sup> Халиль Джебран (1883–1931) — ливанский и американский философ, художник, поэт и писатель.

## ВВЕДЕНИЕ

«Мы живем в современную эпоху», — говорил один радиоведущий в 70-х годах XX века. Мы переживаем эпоху, когда средства коммуникации стали как никогда развитыми, мощными и «эффективными». Образ современного человека — это образ «динамичного работника» с городскими и мобильными телефонами на столе, со смартфонами, планшетами и компьютером, дающими ему возможность общаться со всем миром и в любой момент времени.

Между тем эта картина далеко не идиллическая. Такое общение в действительности слишком часто опустошает и поддерживает лишь иллюзию о самом себе. Все эти гаджеты, в сущности, служат лишь протезами, костылями, компенсирующими нашу неспособность сосуществовать и общаться по-настоящему. С каждым разом они позволяют нам чуть больше жульничать или преодолевать свой страх перед другим человеком. Чтобы в этом убедиться, достаточно взглянуть на ошеломляющий успех СМС или электронных писем.

Современный образ жизни, вездесущность и власть средств массовой информации, ловушка материализма и страсти к потреблению, постоянное ускорение повседневной жизни мало-помалу привели нас к тому, что мы спутали жизнь и существование, жизнь и суету, жизнь и ажиотаж. Это происходит с нашего подразумеваемого согласия и даже по нашей просьбе. Все больше, все быстрее, но для чего? Чтобы однажды, независимо в каком возрасте, проснуться больным или подавленным и с грустью констатировать, что ты прошел мимо самого себя, мимо собственной жизни? Общество, воспитание, а также некоторое легкомыслие привели к тому, что мы стали стремиться исключительно к удовлетворению

своих желаний. Мы учимся руководить, подчинять, доминировать, обладать или общаться. Эта погоня за властью каждый день чуть больше отдаляет нас от самих себя и лишает нас собственной сущности. Только смерть или болезнь вынуждают нас повернуться к себе лицом.

Кто же этот человек, которого мы с грустью видим в зеркале? Что означает это тело, приносящее нам столько страданий? Кто же это почти незнакомое существо, лежащее в нашей постели? Но ведь это наш первый и единственный настоящий собеседник. С которым мы, по правде сказать, никогда не разговаривали, не нашли времени узнать его — то есть самого себя! Это открытие до такой степени невыносимо, что мы требуем у врача дать нам что-нибудь, чтобы заставить умолкнуть страдания, которым не место в нашей жизни. Но если бы мы знали! Боль — это отчаянные крики, которые посылают нам жизнь и наше тело. Это сигналы тревоги, свидетельства нарушенного равновесия, но мы не способны слышать и понимать их.

Цель моей книги в том, чтобы восполнить эти пробелы, научив вас прислушиваться. Мы поместим человеческое существо в его собственную среду обитания и в глобальную среду. Мы изучим причины и правила проведения этой удивительной игры, которой является жизнь. Наконец, мы научимся распознавать и понимать свою боль, напряжение и страдания, чтобы подтвердить получение сообщения и сделать то, что требуется для полного изменения.

После многих лет занятий энергетическими техниками, в частности шиацу, я смог убедиться в том, как громко тело каждого из нас сообщает (даже кричит) о причинах нашего страдания. Наша глубинная реальность, наше бессознательное, наша психика, наша душа (пусть каждый сделает выбор) разговаривают с нами, постоянно твердят нам о том, что не ладится. Но мы не слушаем и не слышим. Почему? Причины нашей «глухоты» двойственны. Прежде всего, мы либо не способны, либо у нас нет желания прислушиваться к «естественным» сообщениям, которые посылаются нам (снам, интуиции, физическим ощущениям и т. п.). Наши болезни, несчастные случаи, конфликты и даже сама смерть и т. п. должны становиться все сильнее и мощнее, чтобы мы наконец услышали их или чтобы вынудить нас остановиться. Вторая причина в том, что чаще всего мы не можем избежать ощущения боли (как же иначе?), но мы не умеем расшифровывать,