



ТАНТРА ОСНОВ

Тантра основ – курс, с которого начинается обучение тибетской медицине.

Если вы хотите узнать о своём теле, о том, как взаимодействуют и влияют друг на друга физическое тело, энергия в нём и сознание; если для вас важно сохранение здоровья, умение правильно отреагировать на недомогания, узнать о причинах болезни и эффективно помогать себе и близким – вам нужен курс «Тантра основ».

Если вы хотите в совершенстве изучить сова ригпа – курс «Тантра основ» – первая ступень обучения.

Если вы хотите освоить лишь некоторые методы сова ригпа – вам нужен этот курс для правильной диагностики, без которой невозможно эффективно применять ни одно лечение.

Здесь вы найдёте

- лекции тибетского врача высшей категории (качупа) Ньимы Гьялцена – так традиционно изучают сова ригпа в медицинских школах тибета, по такому же принципу построено и последующее обучение; для тех, кто намерен получить полный курс обучения эта часть курса обязательна
- лекции специалистов сова ригпа – они помогут разобраться в новых и сложных понятиях; привычным для западного человека языком объяснят необычный восточный подход к здоровью и лечению; вы увидите и логику тибетской медицины и научитесь её понимать и использовать как для себя, так и для своих близких
- практические курсы – опытные врачи покажут вам как приготовить нужное лекарство, сделать массаж или лечебную ванну, дадут множество бесценных советов о том как дёшево и эффективно снять боль, одолеть простуду, бессонницу, похмелье и множество других досадных расстройств, поддерживать здоровье с помощью правильного питания, несложных упражнений и правильно учитывать факторы окружения
- карту сова ригпа – вы научитесь ориентироваться в разнообразных темах и методах тибетской медицины; содержание трактата четырёх тантр позволит вам понять принцип профилактики и лечения заболеваний в зависимости от конституции человека, его возраста, климата, сезона, силы организма и тяжести недуга
- объяснения о духовном аспекте – возможно мы развеём некоторые мифы и суеверия, но взамен вы получите чёткое научное объяснение того, как действуют лечебные мантры, узнаете о необычных методах лечения и их реальных возможностях

Мудрецы говорят: «в мире нет ничего, что не имеет лечебной силы». На курсе «Тантра основ» вы узнаете о том, как правильно диагностировать болезнь и эффективно применять лекарства против неё.

Елена Геннадьевна Ширшова

Директор АНО «Танадук»

+7(931)2023669

manager@tanaduk108.com

Мы предлагаем вам два варианта курса:

БАЗИСНЫЙ (11000р.)

и

РАСШИРЕННЫЙ (18000р.)

18,5 Гб / 82 часа 10 минут видео

43,8 Гб / 146 часов 23 минуты видео

БЛОК1. ТЕРМИНЫ И ПОНЯТИЯ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС в дополнение к базисному:	
Понятия и термины	брошюра		пдф		
		850 Мб	2ч11мин	Вводная лекция о тибетской медицине	Ширшова Елена
			пдф	Презентация Деревья ТМ	Ширшова
Введение тантра основ часть1	Ширшова	331 Мб	1ч59мин		
Введение тантра основ часть2	Ширшова	196Мб	0ч41мин		
Презентация Введение в ТМ	Ширшова		пдф		
			Мр4	Мандала	Комп графика
		965Мб	2ч01мин	Популярно о тибетской медицине	С.В. Ширшов
		695Мб	1ч02мин	О тибетской медицине очно 2020 часть1	Е.Ширшова
		361Мб	0ч39мин	О тибетской медицине очно 2020 часть2	Е.Ширшова
		361Мб	1ч12мин	О тибетской медицине очно 2020 часть2	Е.Ширшова
		217Мб	0ч36мин	О тибетской медицине очно 2020 часть4 финал	Е.Ширшова
Доктор Нида Ченагцанг, основатель МАТТМ вступительное слово	Нида Ченагцанг Пер.А.Высоцкий	332Мб	3ч 18мин		
Доктор Нида Ченагцанг, основатель МАТТМ вступительное слово	Нида Ченагцанг Пер.А.Высоцкий	290Мб	1ч43мин		
Деревья тибетской медицины 2024	Е.Ширшова	1321Мб	1ч58мин		

ИТОГО: Базисный 2,2Гб, 6ч 21мин. Расширенный 5,6Гб, 15ч 02мин.

БЛОК2. ТИБЕТСКИЙ КЛАССИЧЕСКИЙ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Лунг на Тантру Основ и объяснения. Два цветка и три плода Тибетской Медицины	Доктор Ньима Церинг Перевод А.Теплякова	420Мб	1ч59мин		
1 Тантра Основ Глава1	Ньима Гьялцен	241Мб	1ч59мин		Ньима Гьялцен
		32Мб	0ч14м	лунг глава1	
2 Тантра Основ Глава 2	перевод	103Мб	0ч44мин		перевод

	А.Теплякова	50Мб	0ч20м	лунг глава 2	А.Теплякова
3 Тантра Основ Глава3 Корень тела		222Мб	2ч08мин		
4 Тантра Основ Глава 3 Корень тела		209Мб	2ч04мин		
5 Тантра Основ Глава 3 Корень болезни		231Мб	2ч13мин		
6 Тантра Основ Главы 3 и 4		260Мб	2ч08мин		
7 Тантра Основ Главы 4-5		262Мб	2ч28мин		
8 Тантра Основ Глава 6		40Мб	0ч24мин		
		10Мб	0ч5мин	лунг глава 6	
Текст тантры основ тиб англ рус			пдф		
характеристики ньепа			пдф		

ИТОГО: Базисный 1,5 Гб, 16ч 07мин. Расширенный 1,6 Гб, 16ч 46мин.

БЛОК3. ПЯТЬ СОВЕРШЕНСТВ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Танадук	Б.Баш, С.Ширшов	292Мб	1ч.58м		
Пять совершенств, Танадук	презентация		пдф		
		958Мб	3ч09м	Танадук, 2020	Б.Баш С.Ширшов
колесо самсары			рисунок		

ИТОГО: Базисный 0,3 Гб, 1ч 58мин. Расширенный 1,2 Гб, 5ч 07мин.

БЛОК4. ПЕРВОЭЛЕМЕНТЫ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Первоэлементы	Б.Баш	366Мб	1ч53мин		
Первоэлементы	презентация		пдф		
		156Мб	1ч25мин	Первоэлементы в буддизме	Н.Пупышева
		6Мб	пдф,	Первоэлементы в буддизме	презентация
Мандала 5 элементов	рисунок				
соответствие первоэлементы-органы	рисунок				
вкусы	рисунок				

ИТОГО: Базисный 0,4 Гб, 1ч 53мин. Расширенный 0,5 Гб, 3ч 18мин.

БЛОК5. ТЕКСТ ДЖУД ШИ – ПОЯСНЕНИЯ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
История. География и обучение ТМ	Х.Валиахо пер. Б.Баш	465 Мб	2ч28мин		
Дерево тибетской медицины часть1	Х.Валиахо пер.Б.Баш	629 Мб	2ч39мин		
Дерево тибетской медицины часть2		498 Мб	1ч56мин		
4 корня Тантры Объяснений	рисунок		пдф		
Содержание Джуд Ши	файл		пдф		
Статья о текстах ТМ	файл		пдф		
		258 Мб	1ч55мин	Сравнительная нозология	Т.Асеева
			пдф	Перечень книг ИД	файл
			пдф	Текст лекции	файл
			През.	Лекция	презентация
			пдф	Литература к лекции	файл
Деревья ТМ ЕШ 2023	презентация		пдф		

ИТОГО: Базисный 1,6 Гб, 6ч 23мин. Расширенный 1,9 Гб, 8ч 18мин.

БЛОК6. ФИЗИОЛОГИЯ – ТЕЛО, ЭНЕРГИИ, СОЗНАНИЕ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Трансформация тканей тела	файл		пдф		
		647Мб	3ч00мин	Тонкая анатомия и эмбриология	Х.Валиахо пер.Б.Баш
		97Мб	рис	Анатомия и физиология	медицинские плакаты
		339Мб	2ч14мин	Физиология. Корень здоровья часть1	А. Рооталу-Ваксманн пер.Б.Баш
		337Мб	1ч50мин	Физиология. Корень здоровья часть2	
Здоровье и болезнь лекция 1	Б.Баш	324Мб	1ч55мин		
Здоровье и болезнь лекция 2	Б.Баш	342Мб	2ч00мин		
Здоровье и болезнь лекция 3	Б.Баш	283Мб	1ч48мин		

ИТОГО: Базисный 1Гб, 5ч 43мин. Расширенный 2,3 Гб, 12ч 47мин.

БЛОК7. ПРОФИЛАКТИКА – ПИТАНИЕ И ЗОЖ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Здоровье и профилактика	Л.Поправко	234 Мб	2ч42мин		
7-членная поза	рисунок		пдф		
ЗОЖ и чюдлен	Б.Баш	340 Мб	2ч00мин		
			пдф	Методичка Неджанг	брошюра

ИТОГО: Базисный 0,5Гб, 4ч 42мин. Расширенный 0,6 Гб, 4ч 42мин.

БЛОК8. ДИАГНОСТИКА

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Диагностика в ТМ осмотр и ощупывание 2023 лекция1	К.Рукоуев	409 Мб	1ч53мин		
Диагностика в ТМ осмотр и ощупывание 2023 лекция2	К.Рукоуев	1100Мб	1ч54мин		
Диагностика в ТМ осмотр и ощупывание 2023 лекция3	К.Рукоуев	437Мб	1ч56мин		
диагностика доп. материалы	файл		пдф		
Точки ТТМ пульсовая диагностика	файл		пдф		
		1587 Мб	0ч 11мин	Практикум с геше Ринчен Тензином часть1	Геше Ринчен Тензин
		2345 Мб	0ч16мин	Практикум с геше Ринчен Тензином часть1	Геше Ринчен Тензин
Опрос и западные анализы	С.Ширшов	229 Мб	2ч03мин		
		390 Мб	1ч27мин	Диагностика часть 1	С.Ширшов
		465 Мб	1ч47мин	Диагностика часть2	С.Ширшов
		1178 Мб	2ч09мин	Диагностика. Пульс,моча,язык	К.Рукоуев

ИТОГО: Базисный 2,3Гб, 7ч 43мин. Расширенный 8,1 Гб, 13ч 33мин.

БЛОК9. МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ ТМ – ОБЩЕЕ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Лечение часть1	А.Высоцкий	1116 Мб	2ч48мин		
Лечение часть2	А.Высоцкий	567 Мб	1ч42мин		
Лечение часть3	А.Высоцкий	724 Мб	2ч50мин		
Лечение часть4	А.Высоцкий	1976 Мб	2ч42мин		
семичленная поза			пдф		
вкусы			рис		
трансформация тканей тела			пдф		
		918Мб	1ч35мин	Лечение ОРВИ часть1	С.В.Ширшов
		422Мб	0ч23мин	Лечение ОРВИ часть2	С.В.Ширшов
		1475 Мб	3ч53мин	Диета и Неджанг	А.Высоцкий
			пдф	7-членная поза	файл
			рис	вкусы	файл
		132 Мб	0ч45мин	Интервью с А.Тепляковой	Е.Ширшова

ИТОГО: Базисный 4,3Гб, 10ч 07мин. Расширенный 7,2 Гб, 16ч 43мин.

БЛОК10. ЛЕЧЕНИЕ ПИТАНИЕМ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Диета часть1	А.Высоцкий	372 Мб	1ч58мин		
Диета часть2	А.Высоцкий	346 Мб	1ч59мин		
вкусы из первоэлементов	файл		пдф		
вяжущий вкус	файл		пдф		
горький вкус	файл		пдф		
жгучий вкус	файл		пдф		
кислый вкус	файл		пдф		
сладкий вкус	файл		пдф		
солёный вкус	файл		пдф		
		510Мб	2ч04мин	Питание часть1	В.Орлов
		472Мб	1ч54мин	Питание часть2	В.Орлов
		183 Мб	0ч46мин	Интервью с И.Шиманской	Е.Ширшова

ИТОГО: Базисный 0,7Гб, 3ч 57мин. Расширенный 1,9 Гб, 8ч 41мин.

БЛОК11. ЛЕЧЕНИЕ ОБРАЗОМ ЖИЗНИ и ЙОГА

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Образ жизни лекция 1	А.Высоцкий	371 Мб	1ч59мин		
Образ жизни лекция 2	А.Высоцкий	450 Мб	2ч02мин		
		208 Мб	2ч02мин	Циклы,сезоны,периоды жизни.Энергия Ла	Ж.Лоншакова
			пдф	Методичка Неджанг	брошюра

ИТОГО: Базисный 0,8Гб, 4ч 01мин. Расширенный 1Гб, 6ч 03мин.

БЛОК12. ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СРЕДСТВА

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
1 часть Формы лекарств	Д.Земсков	331 Мб	1ч58мин		
2 часть Приготовление составов	Д.Земсков	351 Мб	2ч00мин		
Лекарственные средства	презентация		пдф		
		1020Мб	0ч59мин	Тибетские лекарства и их применение	С. Ширшов
8 качеств	файл		пдф		
Аптека Танадук составы ТМ	файл		пдф		
		267 Мб	2ч54мин	Фармакология ТО часть1	Д.Земсков
		172 Мб	2ч03мин	Фармакология ТО часть2	Д.Земсков
		190 Мб	2ч16мин	Фармакология ТО часть3	Д.Земсков

ИТОГО: Базисный 0,7Гб, 3ч 58мин. Расширенный 2,4Гб, 12ч 12мин.

БЛОК13. ЛЕЧЕБНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ И ВНЕШНЯЯ ТЕРАПИЯ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Внешние процедуры и назначения часть1	А.Жандалинова	440Мб	1ч54мин		
Внешние процедуры и назначения часть2	А.Жандалинова	332Мб	1ч55мин		
Внешние процедуры	презентация		пдф		
Массаж кунье с АЖ	практикум	346 Мб	1ч02мин		
		164Мб	2ч03мин	Ванны	Р.Гевав
			пдф	ТА-презентация	презентация
		267 Мб	1ч59мин	Внешние процедуры в домашних условиях лекц.1	Б.Баскет пер.Б.Баш
		373 Мб	1ч55мин	Внешние процедуры в домашних условиях лекц.2	
		338 Мб	2ч09мин	Внешние процедуры в домашних условиях лекц.3	
			пдф	Внешние процедуры	презентация
		377 Мб	0ч5мин	Практикум банки часть1	ТО2022
		1495Мб	0ч21мин	Практикум банки часть2	ТО2022
		37 Мб	0ч1мин	Практикум банки часть3	ТО2022

ИТОГО: Базисный 1,1Гб, 4ч 50мин. Расширенный 4,1Гб, 13ч 23мин.

БЛОК14. ДУХОВНЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ

БАЗИСНЫЙ КУРС		размер	время	РАСШИРЕННЫЙ КУРС	
Духовная медицина ч1	А.Артемьева	2150Мб	2ч49мин		
Духовная медицина ч2	А.Артемьева	914Мб	1ч38мин		
Дерево практик ЮН	плакат		рис		
Три канала	рисунок		пдф		
Ла1, Ла2	рисунок		рис		
		645Мб	1ч53мин	Защитники сова ригпа	А.Артемьева
		501Мб	1ч38мин	Философия ТМ	А.Артемьева
			пдф	Презентация и конспект	файлы
		1250Мб	1ч50мин	Ютог Ньинтиг	А.Артемьева

ИТОГО: Базисный 1,1Гб, 4ч 27мин. Расширенный 5,4Гб, 9ч 48мин.

СЕРТИФИКАТ выдаётся после успешной сдачи экзамена. **ЭКЗАМЕН** по Тантре основ можно сдать в индивидуальном порядке. Напишите в ватсапп +7(931)2023669