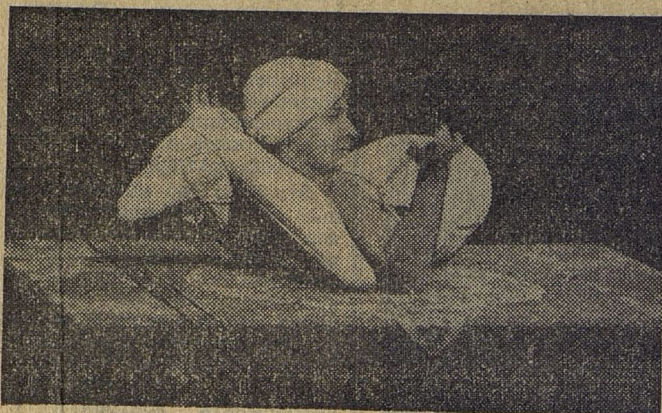


25 ФЕВ 1988

ГРОЗНЕНСКИЙ РАБОЧИЙ

ВСТРЕЧА ДЛЯ ВАС

В ГРОЗНОМ—



«ИНДИЙСКИЙ ЙОГ»

ЧЕЛОВЕК в белой чалме, сидя на широком столе, спокойно пронзает свое горло... металлической спицей. Сотни удивленных глаз, не мигая, следят за манипуляциями йога. Наконец, когда он встает и обходит по кругу цирковую арену, зрители восторженно приветствуют артиста. Это — Михаил Плиск. С ним грозненцы встретятся в новой цирковой программе, которая начнется 26 февраля.

— Михаил, многие зрители, вероятно, с недоверием воспринимают увиденное: не фокус ли это? Уж больно он необычен.

— К сожалению, люди мало знают о своих возможностях. Выступая в цирке, я хочу показать, что может человек, хорошо познавший свой организм.

— Опасен ли номер со спицами для жизни, здоровья?

— В известной степени — да. Вот посмотрите: след от прокола — он в двух миллиметрах от сонной артерии. Ошибка может доставить много неприятностей. Поэтому при исполнении номера требуется чрезвычайная осторожность. В то же время системе йогов я обязан своим здоровьем. В детстве страдал тяжким недугом, жил в санаторном детском саду под наблюдением врачей. Надежда на выздоровление было мало. Вот тогда-то я и услышал про йогов, «которые не болеют». Мне помогли встретиться со специалистами, достать литературу, и я начал упорно заниматься. Болезнь отступила.

Я сделал около 900 проколов гортани, несколько сот проколов рук, ног, брюшной полости. И рискну заявить, что есть реальная возможность для прокола сердечной мышцы без ущерба здоровью. Готов практически доказать это медикам.

— Спицы, которыми вы пользуетесь, стерилизуются?

— Нет. Разве вы не заметили, что их разрешается трогать зрителям? Я их даже не протираю, беру какие

есть. Организм сам способен побороть возможную инфекцию. Кстати, о спицах. Они взяты из большого ортопедического аппарата доктора Илизарова.

Подстерегают, скорее, опасности другого рода. Однажды во время выступления, когда я лежал спиной на битом стекле, а сверху давил груз весом в одну тонну, стол, на котором демонстрировался опыт, рухнул, буквально рассыпался под большой тяжестью. К счастью, все обошлось благополучно. Зато теперь стол, на котором выступаю, выдержит, пожалуй, и пять тонн.

— Многие слышали об уникальной операции, перенесенной вами. Если можно, подробнее об этом.

— Года два назад, участвуя в акробатических номерах, я травмировал запястье. К тому времени мой «йоговский стаж» был уже больше двадцати лет (кстати, Михаилу тридцать один). Вот и

решил испытать себя в более сложном «номере». Сказал врачам, готовящим меня к операции, что обойдусь без наркоза. Анестезиологи, правда, все приготовили. На всякий случай. Но болевого шока не произошло. Операция длилась больше пятидесяти минут. Вскоре меня попросили подготовить к подобной операции человека, далекого от йоги — учителя, ветерана войны, в возрасте 61 год. Нужно было оперировать тазобедренный сустав. Человек страдал пороком сердца, а в этом случае, как известно, все виды наркоза противопоказаны. Путем гипноза я подготовил его к операции. Подкожно было введено несколько кубиков новокаина — и все. Операция прошла удачно.

— Что бы вы могли посоветовать тем, кто не собирается становиться йогом, но хотел бы улучшить собственное здоровье?

— Вы, возможно, замети-

ли, что в основе некоторых современных методов лечения болезней лежит система йогов. Например, «правильное» дыхание у врача Бутейко, который с успехом излечивает тяжелые формы бронхиальной астмы. Для любого человека важно соблюдать три правила йоги: систему дыхания, асаны (позы) и закаливание. Ложиться спать я бы советовал от 22 до 24 часов. Именно в это время наступает расслабление организма. Тогда вы спокойно встанете в 6 часов утра, в прекрасном самочувствии.

Надо заметить, что здоровье каждого человека — не только его личное дело, в нем заинтересовано все наше общество. А зависит здоровье, в основном, только от самого человека. Если каждый уделит упражнениям йоги хотя бы час в день, количество терапевтических больных, думаю, в нашей стране снизится наполовину.

— Вы уже бывали в нашем городе? Чем он вам памятен?

— В Грозный я когда-то привез свой один из первых номеров. Он назывался «Озорной манекен». И так уж случилось, что администрация Грозненского цирка в связи с недоработкой технической документации на ту аппаратуру, которой я пользовался на манеже, вынуждена была прервать дальнейшие гастроли. Тогда на помощь пришел Грозненский нефтяной институт. Заведующий кафедрой сопромата, доцент А. Ф. Комлев, ассистент Х. У. Эльмурзаев, доценты Ю. А. Пискунов и Р. Н. Аракелян, проведя испытания моего циркового аппарата, быстро изготовили новую техническую документацию, за что им огромное спасибо. Надеюсь встретиться с ними в вашем цирке.

Беседу вел
Ю. ГАЗАЛОВ.