

МАСТЕР-КЛАСС ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ПРАКТИКА
НОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

СУ-ДЖОК терапия



«Су-джок»

Су-Джок терапия, разработанная южнокорейским ученым профессором Пак ЧжэВу, - это не только метод лечения, но и профилактика разных заболеваний.

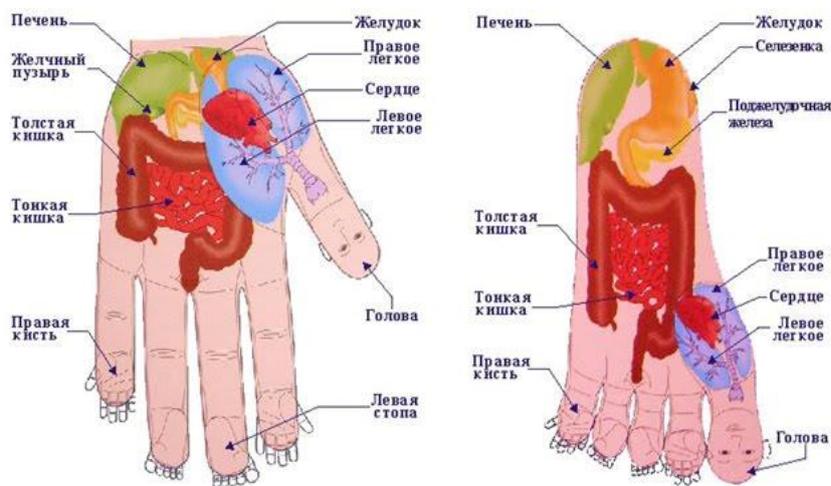
С древнейших времён, как на востоке, так и на западе, особым вниманием людей пользуются кисти рук и стопы. Помимо своего общеизвестного назначения, кисти и стопы наделены особой функцией - они регулируют работу внутренних органов.

При поиске точек соответствия кисть располагается ладонью вперед. Указательный палец правой кисти и мизинец левой кисти соответствуют правой руке. Средний палец правой кисти и безымянный палец левой кисти соответствует правой ноге. Безымянный палец правой кисти и средний палец левой кисти соответствуют левой ноге. Мизинец правой кисти и указательный палец левой кисти соответствуют левой руке. Возвышение ладони у основания большого пальца соответствует грудной клетке, а ладонь в целом соотносится с областью живота.

Су-джок изначально позиционируется как доступный каждому метод самопомощи – универсальный диагностический, терапевтический и профилактический метод, который снимает боль, оказывает первую помощь при острых состояниях, травмах, стимулирует лечение функциональных расстройств организма

Главное достоинство СУ-ДЖОК - высокая эффективность. При правильном применении выраженный эффект может наступить уже через несколько минут. С его помощью можно лечить любую часть тела, любой орган. Неправильное же применение метода не наносит вреда, просто не дает результата.

Литература интернет http://www.lepota-shop.spb.ru/k1_35.php
<http://goio.ru/zdorove/sam-sebe-su-dzhok-doktor.html>



"СУ" - по-корейски значит кисть, "ДЖОК" - стопа. СУ-ДЖОК лечение базируется на традиционной

акупунктуре и восточной медицине, но по эффективности превосходит многие известные методы лечения.

СУ-ДЖОК является лучшим методом самопомощи

Как отыскать болезненные точки по методу Су -Джок?

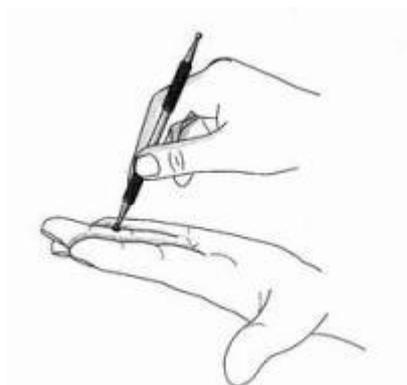
Щупом (или любым предметом с закругленным концом диаметром около 2-х мм) надавливайте в области соответствия болезни до степени терпимой боли. Точки, где боль при одинаковой силе надавливания будет резко усиливаться, и будут точками соответствия, точками лечения данной болезни. При синдроме хронической усталости необходимо на точки соответствия головного мозга и болезненные точки шейного отдела позвоночника на ночь наклеивать зернышки гречихи, а в течение дня массировать эти точки.

Главные достоинства Су Джок лечения

- Высокая эффективность. При правильном применении выраженный эффект часто наступает уже через несколько минут, иногда секунд.
- Абсолютная безопасность применения. Лечебная система су джок создана не человеком - он только открыл ее,- а самой Природой. В этом причина ее силы и безопасности. Стимуляция точек соответствия приводит к излечению. Неправильное применение никогда не наносит человеку вред - оно просто неэффективно.
- Универсальность метода. С помощью Су Джок терапии можно лечить любую часть тела, любой орган, любой сустав.
- Доступность метода для каждого человека. Метод су джок достаточно один раз понять, затем им можно пользоваться всю жизнь.
- Простота применения. Ваша рука и знания всегда с вами.

СУ-ДЖОК не имеет противопоказаний. Многолетний опыт показал, что для снятия боли, возникшей в результате острого заболевания или травмы, бывает достаточно 2-3 процедур. От хронических заболеваний можно избавиться за 2-4 недели.

Методы воздействия на точки соответствия Механический массаж



Надавливайте наиболее болезненную из найденных точек до терпимой боли и вибрирующим движением массируйте ее в течение 1–2 минут. Таким образом можно поступать только с одной точкой или с несколькими, или массировать всю

зону соответствия массажным роликом, или массажным кольцом. Для механического воздействия на точки соответствия можно использовать многие подручные средства: мелкие камушки, металлические или другого материала шарики, зерна круп и т. д. Эти предметы наклеиваются липким пластырем на точки соответствия и периодически массируются – например, каждый час по 1–2 минуты. После нахождения точки необходимо достаточно сильно нажать на нее диагностической палочкой (вместо нее можно использовать любой неострый предмет – спичку, ручку или даже собственный ноготь). После того, как боль под диагностической палочкой пройдет, можно продолжить массаж точки вращательными движениями по часовой и против часовой стрелки, нажимая на палочку немного сильнее. Необходимо полностью раз массажировать лечебную точку до исчезновения остаточной боли и появления ощущения тепла в ней. В случае хронических заболеваний однократного воздействия на точки недостаточно. Правильно найденные точки нужно с силой массажировать по 3–5 минут каждые 3–4 часа ежедневно, до улучшения состояния. Многократный массаж зон соответствия приводит к улучшению состояния, в некоторых случаях это происходит очень быстро.

Прогревание



Стимуляция точек соответствия желудку и пупку мокси-мокси

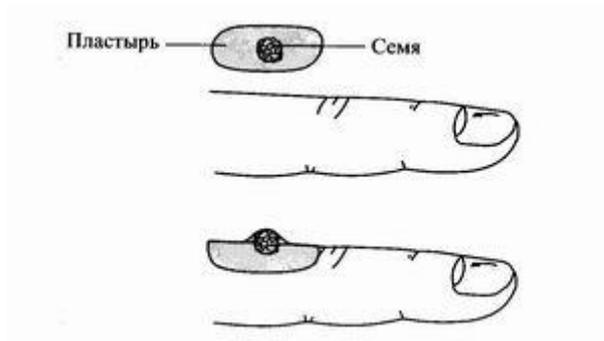
Тепло, как расширяющаяся энергия, обладает стимулирующим действием, поэтому при ряде заболеваний, связанных с недостатком энергии или избытком холода, прогревание точек соответствия дает хороший эффект. Прогревание осуществляется специальными полынными палочками (моксиами), которые устанавливаются на кожу непосредственно без дополнительных приспособлений или с помощью специальных подставок. Мокса поджигается и тлеет, прогревая точку соответствия. Прогревание точек или области соответствия на кисти и стопе можно проводить и просто теплым предметом соответствующей конфигурации и размера

Лечение магнитами



Для стимуляции зон соответствия широко используют разные магниты: кольцевые, круглые, магнитные стрелки, можно использовать магниты от дорожных шахмат. С помощью пластыря магниты прикрепляют к лечебным точкам кистей и стоп. Магнит устанавливается в самую болезненную точку. Магнитная звездочка совмещает в себе два направления воздействия на точку соответствия – механическое и магнитным полем.

Лечение природными стимуляторами-семенами



Всем известна сила прорастающих семян, когда нежный с виду росточек пробивает плотную почву. Эта их потенциальная энергия и используется в Су-Джок терапии. Семена наклеиваются липким пластырем на зону соответствия патологическому процессу. Действие семени на точки соответствия также осуществляется по двум направлениям — механическое и биоэнергетическое воздействие. Семена — это наиболее часто применяемые поверхностные аппликаторы естественного происхождения. Как живые биологические структуры, семена обладают большим запасом жизненной энергии, необходимой для развития нового растения. При закреплении семян на точках соответствия они пробуждаются, и их биологические поля вступают во взаимодействие с «шариками соответствия» большим органам и частям тела, восстанавливая их энергетический потенциал.

Для лечения выбирают неповрежденные и способные прорасти семена. Обычно используют семена редиса, свеклы, гречихи, гороха, фасоли, перца, льна, яблок, винограда, граната, калины, тыквы и др.. Семена прикрепляют на кусочек лейкопластыря, а затем фиксируют на кисти или стопе. Выбирая семена, следует учитывать их форму. При заболеваниях внутренних органов лучше использовать семена с подобной им формой. Например, болезни сердца можно лечить семенами калины, болезни почек — семенами фасоли, болезни легких — гречишными семенами, при панкреатите используются виноградные косточки и т. д. Время аппликации семян колеблется от нескольких часов до суток. На них можно дополнительно надавливать (с периодичностью один-два раза в час по 3–5 минут). Если необходимо продолжить лечение, через сутки семена заменяют на новые, и процедура повторяется.



Массажер Су—Джок - «Ёжик + 2 кольца.

Массажёр эффективно лечит многие, заболевания, стимулирует работу всех внутренних органов.

Лечебный комплект «Ёжик + 2 Кольца» рекомендован для лечебного и профилактического массажа в клинических и домашних условиях. Рекомендации рассчитаны, прежде всего, на непрофессиональных пользователей, людей

заботящихся о своём здоровье, внешнем виде и осознающих необходимость массажа как ежедневной гигиенической процедуры. Лечебный комплект является универсальным лечебно-профилактическим средством для поддержания высокого уровня функционального состояния организма, профилактики заболеваний, реабилитации организма во время выздоровления.

Применение массажных колец – это наиболее простой способ стимуляции, так как не требуется точного поиска точек и массаж регулярно или по мере необходимости производится в любое время им самим. Массажные кольца изготовлены из нержавеющей стали; не обладают местно-раздражающим действием, соответствуют требованиям нормативной документации.