

PODSUMOWANIE LEKCJI- MERIDIANY – CHARAKTERYSTYKA, SHIATSU I AKUPRESURA – CZ 2 – Szkoła Medycyny Naturalnej, kurs Lecznicze masaże

MERIDIAN NERKI

SHIATSU TEGO MERIDIANU

Masaż Shiatsu meridianu nerek pomaga przy:

- chorobach układu moczowo-płciowego,
- artretyzmie kości,
- kłopotach z menstruacją,
- problemach z potencją,
- przy nadciśnieniu tętniczym,
- w zakłóceniach słuchu,
- w bólach w dolnej części pleców,
- wycieńczeniu,
- chronicznym zmęczeniu
- i stanach lękowych.

WAŻNE PUNKTY TEGO MERIDIANU – AKUPRESURA

N3 (KI3) Jest on między ścięgnem Achillesa, a kostką przyśrodkową. Masuj go, gdy cierpisz na bóle szyi, strach przed dentystą, szum w uszach, astmę, bezsenność, bóle pleców (kości ogonowej), problemy menstruacyjne

N1(KI1)- największe tryskające źródło. Jest on na linii środkowej spodniej części stopy.

Masuj ten punkt, gdy chcesz podwyższyć poziom swojej energii.

Inne ważne punkty:

N 6 - odmierz 1 szerokość kciuka pod przyśrodkową kostką na wewnętrznej stronie stopy, aby znaleźć ten punkt.

N 7 - jest on 2 szerokości kciuka powyżej punktu nr 3, mniej więcej na środku między wewnętrzną krawędzią piszczeli a ścięgnem Achillesa.

N 10 - Znajdziesz go na wewnętrznej krawędzi dołu podkolanowego.

MERIDIAN OSIERDZIA

SHIATSU TEGO MERIDIANU

Masaż Shiatsu tego meridianu pomaga przy:

- chorobach serca,
- kłopotach z krążeniem, ciśnieniem krwi i ukrwieniem,
- przy nerwowości
- i oziębłości seksualnej.

WAŻNE PUNKTY TEGO MERIDIANU – AKUPRESURA

O6 (PC6) – WEWNĘTRZNE WROTA. Jest on w miejscu 2 szerokości kciuka, powyżej fałdu, który znajduje się na zgięciu nadgarstka. Są tam dwa łatwo zauważalne ścięgna. Punkt 6 jest pomiędzy nimi.

Masuj go w dolegliwościach takich, jak: schizofrenia, zaburzenia maniakalne, punkty od serca (brak ognia w sercu), zaburzenia neurologiczne, choroby przewodu pokarmowego, przy infekcjach z powiększonymi węzłami chłonnymi.

Inne ważne punkty:

O8 - w środku wewnętrznej powierzchni dłoni.

Nr 5 - 2 szerokości kciuka powyżej nadgarstka, pośrodku przedramienia.

Nr 14 - Na barku, tak jak opisano.

Nr 15 - Tuż powyżej górnego wewnętrznego kąta łopatki, mniej więcej 2 szerokości kciuka za punktem pęcherzyka żółciowego nr 21.

MERIDIAN POTRÓJNEGO OGRZEWACZA

SHIATSU TEGO MERIDIANU

Masaż Shiatsu tego meridianu pomaga przy:

- wszystkich infekcjach i wynikających z nich chorób,
- a także związanym z nimi powiększeniem węzłów chłonnych.
- Ponadto wzmacnia ogólnie system odpornościowy pomaga przy:
- chorobach uszu,
- bólach głowy i migrenie w obszarze skroni,
- alergii,
- niskim ciśnieniu krwi
- i meteopatii.

WAŻNE PUNKTY TEGO MERIDIANU – AKUPRESURA

PO23 – JEDWABNY BAMBUS Znajduje się on w zagłębieniu przy zewnętrznym końcu brwi. To ostatni punkt tego meridianu. Jego akupresura reguluje ciśnienie krwi i przepływ energii w organizmie.

Inne ważne punkty:

Nr 5 - jest on 2 szerokości kciuka powyżej nadgarstka, pośrodku przedramienia.

Nr 14 - Znajduje się ona barku, poniżej górnej krawędzi łopatki.

Nr 15 - Znajdziesz go tuż powyżej górnego wewnętrznego kąta łopatki.

MERIDIAN PĘCHERZYKA ŻÓŁCIOWEGO

SHIATSU TEGO MERIDIANU

Masaż Shiatsu pomaga przy:

- zakłóceniach pęcherzyka żółciowego,
- bólach barków, pleców i bioder,
- rwie kulszowej,
- bólach głowy,
- migrenie (szczególnie po bokach głowy),
- osłabieniu wzroku,
- braku apetytu,
- kłopotach z trawieniem
- i bezsenności. Może być także pomocny przy:
- braku harmonii emocjonalnej, objawiającej się wybuchami złości i agresji,
- brakiem tolerancji wobec innych.

WAŻNE PUNKTY TEGO MERIDIANU – AKUPRESURA

PŻ21 (GB21) BRAMA DIABŁA – Jest on na górnej części barku, w przedniej części mięśnia równoległobocznego (kapturowego), w połowie drogi między linią środkową, a krańcem barku.

Masuj go w chorobach takich, jak: zapalne stany pęcherzyka żółciowego, migrenowe bóle głowy, stres, choroby serca, krążenie, zaburzenia psychiczne.

Uwaga: nie stymuluj tego punktu w przypadku kobiet ciężarnych!

PŻ31 (GB31) PUNKT GENERALSKI/ mistrzowski. Znajdziesz go, gdy staniesz na baczność z rękami wyprostowanymi wzdłuż ciała. Twój koniuszek paca środkowego dotyka tego punktu.

Masuj go dla ścięgien i mięśni, przy stanach zapalnych pęcherzyka żółciowego, bóle i zawroty głowy, bóle karku, pleców, dolegliwości i bóle kolan, przy rwie kulszowej.

Inne ważne punkty:

PŻ20 - jest on w zagłębieniu potylicy, na skraju czaszki.

PŻ24 - znajduje się między 7, a 8 zębem na linii biegnącej przez sutek.

PŻ34 - jest on jedną szerokość palca przed i poniżej głowy kości strzałkowej.

PŻ41 - ten punkt znajdziesz między 4, a 5 kością śródstopia w miejscu, gdzie łączą się one ze śródstopiem.

PŻ44 - jest na zewnętrznej części końca paznokcia palca czwartego stopy.

MERIDIAN WĄTROBY

SHIATSU TEGO MERIDIANU

Masaż meridianu pomaga przy:

- żółtacze,
- zakłóceniach wzroku,
- zapaleniu pochwy,
- skurczach mięśni,
- problemach z prostatą, impotencji,
- oziębłości seksualnej,
- torbielach narządów płciowych,
- zespole napięcia przedmiesiączkowego,
- wzdęciach.
- Ponadto masaż Shiatsu tego meridianu przywraca ciału właściwą elastyczność i fantazję, jeśli chodzi o stronę duchowo-emocjonalną człowieka.

WAŻNE PUNKTY TEGO MERIDIANU – AKUPRESURA

W3 (LR3) – Jest on między pierwszą a drugą kością śródstopia, dwie szerokości kciuka powyżej miejsca między palcami 1 i 2 stopy. Masuj go przy nieruchomym barku, chorobach wątroby, nudnościach, chorobach kobiecych, na bezsenność, padaczkę, antystresowy, na nadciśnienie tętnicze, na wzdęcie.

Inne ważne punkty:

W8 - jest on na stawie kolanowym, w wewnętrznej części dołu podkolanowego.

W12 - znajduje się on przyśrodkowo w pachwinie.

REGULATOR GŁÓWNY PRZEDNI

WAŻNE PUNKTY TEGO MERIDIANU – AKUPRESURA

Ren Mai 6 (CV6) MORZE ENERGII – meridian cudowny, Tan Den – jest on 1,5 szerokości kciuka poniżej pępka. Masowanie go pobudza w stanach osłabienia, pomaga w zaburzeniach miesiączkowania i w kłopotach z erekcją.

Ren Mai 24 (CV24) – przy padaczce.

Inne ważne punkty:

Nr 3 - jest on 1 szerokość kciuka powyżej kości łonowej,

Nr 4 - znajdziesz go odmierzając 2 szerokości kciuka powyżej kości łonowej.

Nr 5 - 3 szerokości kciuka powyżej kości łonowej.

Nr 12 - znajduje się na nadbrzuszu, pośrodku między pępkiem a dolną krawędzią klatki piersiowej.

Nr 14 - by go znaleźć, odmierz 6 szerokości kciuka powyżej pępka.

Nr 17 - Jest w centrum mostka, na wysokości brodawek sutkowych.

REGULATOR GŁÓWNY TYLNY

WAŻNE PUNKTY TEGO MERIDIANU – AKUPRESURA

Du Mai 20 (GV20)– Jest na szczycie głowy, w punkcie przecięcia linii łączącej górne czubki uszu z linią środkową ciała. Akupresura tego punktu pomaga na koncentrację, usprawnia myślenie, uspakaja dzieci z ADHD, na lepszy sen

Du Mai 26 (GV26)– Jest między nosem a górną wargą, na przejściu między górną a środkową jedną trzecią tego odcinka. Masuj go przy reanimacji.

Inne ważne punkty:

Nr 4 - Jest między wyrostkami kolczystymi 2 i 3 kręgu lędźwiowego.

Nr 12 - Znajdziesz go pomiędzy wyrostkami kolczystymi 3 i 4 kręgu piersiowego.

Nr 14 - Jest między wyrostkami kolczystymi 1 kręgu piersiowego i 7 kręgu szyjnego.

Nr 15 - Znajdziesz go w zagłębieniu na przejściu karku w potylicę.

Nr 23 - Jest na głowie, 1 szerokość kciuka powyżej nasady włosów nad czołem.

Marta Pyrczała-Zarzycka

kursy@astrosalus.pl 506320330

STRONY INTERNETOWE

www.astrosalus.pl

www.astrosalus.com

<http://kosmetyka-fitness.pl>

www.magia-zycia.com.pl

www.sukces-biznes.pl

www.edukacja-domowa.pl

BLOGI

<http://astrosalus.pl/medycyna-naturalna/>

<http://astrosalus.pl/reiki/>

<http://kosmetyka-fitness.pl/ona/>

<http://magia-zycia.com.pl/duchowosc/>

<http://sukces-biznes.pl/sukces/>

www.edukacja-domowa.pl/rozwoj-dzieci