

Аурика Луковкина

# Точечный массаж



Аурика Луковкина  
**Точечный массаж**

«Научная книга»

## **Луковкина А.**

Точечный массаж / А. Луковкина — «Научная книга»,

Основой китайской медицины является особое понимание человека и его отношения к окружающему миру. Долгое время культура Китая являлась для европейцев загадочной и мистической, а тех, кто использовал для лечения китайские способы, не воспринимали всерьез и считали шарлатанами и фокусниками. Но постепенно мнение менялось, и в начале XX века на Западе стали появляться первые книги о методах лечения с помощью точечного массажа, иглоукалывания и т. д. Китайские врачеватели считали человеческое тело биоэнергетической системой, которой можно управлять с помощью особых точек и определенных методов. Считается, что человеческий организм способен к самоисцелению. Но человек не всегда умеет обращаться с целительными силами своего организма. В этом случае точечный массаж поможет восстановить действие таких сил.

© Луковкина А.

© Научная книга

## Содержание

Условия проведения точечного массажа	6
На что необходимо обратить особое внимание	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

## Точечный массаж

Основой китайской медицины является особое понимание человека и его отношения к окружающему миру. Долгое время культура Китая являлась для европейцев загадочной и мистической, а тех, кто использовал для лечения китайские способы, не воспринимали всерьез и считали шарлатанами и фокусниками. Но постепенно мнение менялось, и в начале XX века на Западе стали появляться первые книги о методах лечения с помощью точечного массажа, иглоукалывания и т. д.

Китайские врачеватели считали человеческое тело биоэнергетической системой, которой можно управлять с помощью особых точек и определенных методов. Считается, что человеческий организм способен к самоисцелению. Но человек не всегда умеет обращаться с целебными силами своего организма. В этом случае точечный массаж поможет восстановить действие таких сил.

Основой здоровья человека китайская медицина видит в свободной и беспрепятственной циркуляции жизненной энергии в организме. Нарушение, ослабление ее ведет к возникновению и развитию заболевания. Причин для всякого рода нарушений может быть множество – нервное перенапряжение, неправильное питание, травмы и т. д.

В основу точечного массажа положен тот же принцип, что и в основу иглоукалывания и прижигания, – с той лишь разницей, что при массаже «жизненные точки» подвергаются воздействию кончиком пальца без повреждения кожи. Всего таких точек описано более 700, но наиболее часто применяемые около 150.

Их подразделяют по следующим группам:

- точки успокоения (с их помощью отводится избыток энергии);
- точки гармонизации (они гармонизируют энергию во всех группах органов);
- тонизирующие точки (используются для поднятия энергетических сил организма);
- специальные точки (при некоторых заболеваниях очень важны; расположены вне энергетических каналов).

## **Условия проведения точечного массажа**

Массаж нужно проводить в теплом, хорошо проветриваемом помещении.

При этом необходимо исключить присутствие лишних раздражителей: (телевизор, радио, телефон).

Нельзя заниматься массажем сразу же после приема еды и при сильной усталости.

Руки массажиста должны быть чистыми и теплыми, с коротко остриженными ногтями, чтобы не оставлять на теле царапин и не вызывать раздражения кожи.

Массируемая часть тела должна быть расслаблена.

Во время массажа сконцентрируйте все свои мысли на регуляции энергии.

Не стоит массировать подряд несколько точек. Для того чтобы почувствовать действие массажа, необходимо не менее 15 минут.

Продолжительность массажа зависит от возраста и от энергии человека. Время массажа может быть от одной до десяти минут.

Точечный массаж может проводиться как специально обученным персоналом, так и самим пациентом, овладевшим определенными навыками.

## **На что необходимо обратить особое внимание**

Точечный массаж не должен заменять медицинского вмешательства или лечения.

Абсолютными противопоказаниями для проведения точечного массажа являются следующие состояния: наличие злокачественных или доброкачественных новообразований, острых лихорадочных заболеваний, активных форм туберкулеза; заболевания крови.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.