



Тибетский Огненный Массаж

057

Ольга Шарко

16+

Ольга Шарко

Тибетский огненный массаж OSH

«Издательство «Союз писателей»

2022

УДК 615.82
ББК 53.541.2

Шарко О. П.

Тибетский огненный массаж OSH / О. П. Шарко —
«Издательство «Союз писателей», 2022

ISBN 978-5-00143-647-8

Книга «Тибетский Огненный массаж» является хорошим методическим пособием для начинающих мастеров. В ней вы найдёте подробное описание каждого этапа Огненного массажа, показания и противопоказания к массажу, разбор конкретных примеров применения данной практики. Множество ярких фотографий помогут запомнить материал. Книга написана простым и понятным языком. Читается на одном дыхании. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 615.82
ББК 53.541.2

ISBN 978-5-00143-647-8

© Шарко О. П., 2022
© «Издательство «Союз
писателей», 2022

Содержание

Предисловие (благодарность)	6
Об авторе	7
История	8
Показания и противопоказания к Огненному массажу	10
Виды Огненного массажа	13
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Ольга Шарко

Тибетский Огненный массаж OSH

© Шарко О. П., текст, 2022

© Издательство «Союз писателей», оформление, 2022

* * *

Предисловие (благодарность)

Я благодарю от души моего администратора Светлану, которая помогла привести мой рукописный текст в печатный формат.

Я благодарю мою коллегу Ефимову Елену, преподавателя с большой буквы, за вдохновение и знакомство с новыми гранями огня.

Я благодарю своих учеников за каждый отзыв и комментарий, за работу, за отзывы их клиентов.

И конечно же, особая благодарность моей семье, моему мужу и детям, за их постоянную поддержку и безграничную веру в меня. Благодаря вам я покоряю новые вершины и достигаю новых целей.

Спасибо вам, мои любимые!

Эту книгу я писала как великолепное пособие для массажистов и интересное произведение для всех желающих узнать больше о тибетском Огненном массаже.

Об авторе



Шарко Ольга Петровна – врач-невролог, эстетист, практикующий массажист, преподаватель более 50 техник массажа, член Международной Лиги Массажистов, член Лиги Массажистов России, автор более 50 методических пособий для массажистов, член жюри открытых Чемпионатов по массажу, основатель и директор Школы Массажа Ольги Шарко (г. Новокузнецк, г. Кемерово), основатель и преподаватель Онлайн-школы Массажа Ольги Шарко.

История

Огненный массаж был изобретён тысячелетия назад на Тибете. Сейчас данную технику используют по всему миру.

В Древнем Китае разные болезни лечили огнём.

И сейчас в тибетских монастырях берутся лечить любое заболевание. В лечении обязательно присутствуют сеансы Огненного массажа.

У тибетских монахов до сих пор встречаются другие названия этого массажа:

Бэй Чифу Дэ Лонг – «Покорившийся Дракон»,

Лонг Дэ Хуси – «Дыхание Дракона».

Эти названия даны Огненному массажу неспроста.

Есть очень красивая легенда про тибетский Огненный массаж.

«Однажды один из императоров Китая, перенеся тяжёлую болезнь, никак не мог оправиться после неё. Его одолевали тревоги и сильная слабость. Он стал безразлично относиться к государственным делам. Иссякал физически день ото дня.

Все великие лекари были при дворе в тот момент. Они использовали разные средства и способы, чтобы вернуть императорское здоровье. Но всё было тщетно.

Народ Китая был обеспокоен здоровьем императора и с надеждой ждал его кончины.

Почему с надеждой? Потому что был этот император очень жесток и не всегда мудр, как считал народ Китая.

И вот однажды во дворец явился старец в монашеских одеяниях. Кто он и откуда – никто не знал. Он сказал, что может исцелить императора от страшной напасти. А к своему заявлению добавил, что готов пойти на казнь, если не поможет императору. Такое обещание удивило и вселило надежду императорским лекарям.

Старец для процедуры лечения попросил выделить огромную залу во дворце. Он попросил покинуть залу всех лекарей, всех родственников и приближённых к императору. В зале разрешалось остаться только воинам, которые могли защитить своего императора в случае диверсии.

Монах уложил больного на пьедестал.

По его просьбе были приготовлены несколько чанов с водой. В приготовленных чанах он запаривал какие-то травы, погружал в эту воду многометровую ткань и выкладывал её на императора.

Император покорно лежал, потому что это была его последняя надежда.

Затем, облив императора какой-то жидкостью, старец попросил поднести ему факел. Воины императора плотно обступили монаха. Но император сказал, что не боится ничего и, если что-то пойдёт не так, приказал сразу казнить монаха. Мудрец только слегка улыбнулся на эти слова.

Он поднёс факел к телу императора, но ничего не произошло. Он поднёс факел ещё раз – и опять ничего.

Монах объяснил, что энергия Ци императора слишком слаба, а энергия Чёрного Дракона в нём слишком велика.

Он попросил воинов взять ещё три факела и помочь ему. Император дал своё согласие.

И вот четыре факела приблизились к императору с разных сторон.

Вдруг полыхнули ткани на императоре и огонь охватил всё, что покрывало императорское тело. Воины-помощники отпрянули в сторону, а мудрец попросил вылить чан с секретной жидкостью на императора.

Как только жидкость обрушилась потоком, огонь взметнулся к потолку залы.

Говорят, что огонь был гигантский. Никто и никогда не видел такого огня.

Мудрец попросил подлить жидкости.

И в очередной раз в огненных языках пламени взметнулась фигура огромного Дракона. Дракон негодовал и изрыгал огонь, он запрокидывал голову. И видны были его ярость, злоба и метание. Дракон был действительно огромный. Но через какое-то время Дракон как будто снова вошёл в императора.

Монах погасил огонь на теле императора своими руками и попросил воинов перенести правителя в покои.

Император после этой процедуры проспал два дня подряд, не просыпаясь. А монаха все эти дни держали в тюрьме.

На третий день император проснулся бодрым и полным сил. Он вызвал к себе монаха и вёл долгую беседу с ним наедине.

После этого раза император принимал данную процедуру ещё шесть раз. И каждый последующий раз Огненный Дракон появлялся, но с каждым разом показывался в меньшем теле и более спокойным.

На седьмой раз Дракон не появился, и только ровные языки пламени прогревали тело императора. Старец сказал, что болезнь побеждена, и император может править Китаем, но по-другому, не так, как раньше.

Император просил старца быть главным придворным лекарем. Но тот отказался, сказав, что он выполнил своё предназначение...»

Куда и зачем ушёл этот мудрец – никто не знал. Но он вернулся через много лет. Об этом я расскажу вам в следующих книгах.

А император, говорят, продолжил править Китаем, но уже по-другому. Он пересмотрел и переписал много законов, он стал добрее к народу и к своим подчинённым. А ещё, говорят, он стал мудрее в правлении Великим государством.

За семь раз китайский мудрец излечил императора и заставил Дракона покориться.

Сейчас в современных центрах Огненный массаж **не называют** «Покорившимся Драконом».

Эта процедура в наше время называется **«Тибетский Огненный массаж, или Цяо-фан Шули – Лечение Огнём»**, но сила этого массажа всё так же велика. И знающие люди применяют эту силу, чтобы вернуть человеку как физическое здоровье, так и энергетическое.

Ну а я постараюсь вам рассказать о чудодейственной силе огня в этой книге.

Показания и противопоказания к Огненному массажу

ПОКАЗАНИЯ:

– **Психоэмоциональные расстройства** и заболевания нервной системы в стадии ремиссии, снижение жизненного тонуса, депрессия, апатия, стресс, бессонница, головные боли, переутомление, снижение иммунитета.

Эти все состояния говорят о физиологической и энергетической слабости человека. Огненный массаж не только улучшает кровообращение, нормализует работу всего организма, выводит токсины и шлаки, он чистит все энергетические оболочки человека. Об этом я подробно рассказываю в своей книге «**Энергетический Огненный массаж**».

– **Остеохондроз**, искривления позвоночника, миозиты, протрузии позвоночных дисков.

Данные состояния характеризуются наличием застойных явлений в мышцах, суставах и связках. Огненный массаж при работе с этими диагнозами расслабляет мышцы и триггерные зоны, способствует снятию болевого синдрома. Благодаря этому улучшается питание всего позвоночного столба и его структур при остеохондрозе.

При искривлениях позвоночника Огненный массаж помогает расслабить спазмированные мышцы, которые впоследствии можно мягко и безболезненно проработать руками. Мануальные приёмы на выравнивание осанки будут переноситься клиентом легче и эффективнее после Огненного прогрева. Мышечные спазмы на любом участке тела человека прекрасно рассасываются после курса огнетерапии за счёт улучшения трофики и теплового прогрева.

Огненный массаж при грыжах позвоночного диска так же возможен, однако необходима консультация врача.

– **Последствия травм и операций** опорно-двигательного аппарата.

Здесь Огненный массаж будет показан практически всем пациентам.

Достаточно часто мастер будет прибегать к лечению огнём в ранний реабилитационный период, когда ещё нельзя выполнять грубые манипуляции руками или аппаратами. Прогрев огнём будет давать мощный приток крови к поражённому участку. Естественно, поражённые участки будут получать питательных веществ и кислорода больше. И, как следствие, восстановление и регенерация клеток организма в поджигаемом месте будет идти быстрее. Данную восстанавливающую процедуру после травм и операций я всё-таки настоятельно рекомендую согласовать с лечащим врачом.

– **Артрозы, артриты, болезни суставов.**

Очень подробно я рассказываю о действии огня на суставы в разделе «**Огненный массаж при болезнях суставов**». Данная техника при вышеуказанных болезнях уменьшает болевой синдром, улучшает подвижность суставов, увеличивает количество внутрисуставной жидкости и при регулярном применении продлевает суставам жизнь.

– **Ожирение, нарушение лимфооттока, целлюлит.**

Это отдельный раздел «**Антицеллюлитный Огненный массаж**», о котором я пишу далее.

Тибетский Огненный массаж мощно запускает обмен веществ. При комбинации Огненного, ручного и аппаратного массажей человек может похудеть на 7–10 кг за курс из 10 сеансов. Кожа клиента подтягивается, становится более ровной и упругой благодаря детокс-эффекту этой техники. Эффект от Огненного массажа в коррекции фигуры приравнивается к эффекту посещения бани, массажа и соблюдения диеты вместе взятых.

– **Показан практически всем.**

В Китае этот массаж проводят всем, кто обращается с какими-либо проблемами. В России всё-таки есть определённые состояния, при которых Огненный прогрев делать нельзя (см. раздел «Противопоказания»).

– **Разрешён детям с 6 лет**, если нет страха (см. раздел «Важные примечания»).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

– **Повышенная температура, лихорадка.**

Повышенная температура тела всегда связана с наличием воспаления. Огнём нельзя греть клиента по той причине, что температура тела человека может повыситься и воспалительный процесс может уйти глубже в ткани и органы.

При расширении сосудов на Огненном массаже проницаемость всех веществ из русла крови в клетки окружающих тканей увеличивается.

В момент теплового прогрева увеличивается проницаемость бактерий и вирусов, воспалительных элементов. Здесь мы не можем отследить, в какие ткани уйдут элементы, вызывающие воспаление. Соответственно, мы никогда не сможем предсказать, к каким осложнениям может привести Огненный массаж при повышенной температуре тела.

Поэтому процедуру Огненного прогрева при температуре или лихорадке лучше отложить до полного восстановления человека (когда температура тела не будет повышаться минимум 2–3 дня после последнего её поднятия).

– **Острые вирусные и бактериальные заболевания.**

Эти заболевания так же характеризуются наличием воспаления. И дабы избежать неприятных последствий и осложнений, проводить тибетский Огненный массаж не стоит.

– **Хронические заболевания в стадии обострения.**

Иногда хронические заболевания переходят в стадию острого. Его стоит расценивать так же как вероятность ухудшения состояния клиента после Огненного массажа.

Более того, течение обострившегося хронического заболевания может затянуться надолго.

– **Кожные болезни.**

Как влияет на кожные болезни тибетский Огненный массаж, я рассказываю в разделе «Важные примечания».

Огненный прогрев не рекомендуется при наличии кожных заболеваний. Однако как раз благодаря размоканию кожных покровов во время Огненного массажа, данная процедура используется, чтобы убрать застарелые элементы кожи с поверхности тела. Так, например, при некоторых формах псориаза такое размягчение кожных элементов и их отхождение показано клиенту. Перед процедурой необходимо проконсультироваться с врачом.

– **Аллергия.**

Аллергическая реакция может возникнуть на применяемые в Огненном массаже крема и масла.

Очень редко встречается реакция на спирт при соприкосновении его с кожей.

Если не использовать травы, крема, мази и стараться не попадать спиртом на кожу, кожных проявлений аллергии никогда не будет.

Другое дело с парами спирта и парами эфирных масел трав. У людей с бронхиальной астмой может появиться кашель, першение в горле, когда появятся испарения спирта. С такими клиентами я рекомендую сначала провести тест на плоскости (см. далее), чтобы испарения начались. Если клиент чувствует себя хорошо, то можно проводить на нём Огненный прогрев.

В любом случае вы должны перед Огненным массажем взять заполненную анкету о состоянии здоровья с клиента и добровольное информированное согласие (см. в конце книги).

– **Новообразования.**

Любые доброкачественные или злокачественные новообразования по медицинским законам Российской Федерации не должны подвергаться тепловому воздействию, так как из-за прогрева улучшается кровообращение и питание этих новообразований. А дополнительная

стимуляция и питание любых клеток организма может привести к неконтролируемому росту и разрастанию.

Однако в Китае, я повторюсь, даже злокачественные новообразования лечат огнём.

– **Беременность** не является абсолютным противопоказанием к Огненному массажу. На раннем сроке беременной можно проводить Огненный массаж везде, кроме области низа живота.

В восточных странах, наоборот, беременной женщине разрешают Огненный прогрев на животе на ранних сроках, обосновывая это тем, что питание клеток и циркуляция крови улучшаются даже внутри матки. В матке снимается гипертонус, мускулатура расслабляется. Ребёнку в утробе матери от Огненного массажа становится комфортнее. Огненный массаж на ребёнка в животе матери влияет очень благоприятно, успокаивая его нервную систему и улучшая питание всех его клеток.

Я повторюсь, что это мнение китайских врачей и мастеров. На Востоке совершенно другая философия. И там беременные женщины не боятся процедур с огнём. Это норма для них.

В России **прогрев области живота во время беременности запрещён**. Огненный массаж может проводиться на спине (исключение – область поясницы и нижний грудной отдел), на ногах, на руках, на голове, декольте, шее. Но часто беременная женщина испытывает страх сама перед огненным воздействием и считает, что это может навредить её ребёнку.

– **Лактация** тоже не является абсолютным противопоказанием.

Кормящим мамам абсолютно спокойно можно проводить Огненный массаж на спине, ногах, руках, голове.

Тибетский Огненный массаж (особенно в области спины и рук) очень любят кормящие мамы, потому что он помогает снять напряжение и расслабить забитые мышцы грудного отдела и плечевого пояса, которые очень нагружаются при кормлении и ежедневном уходе за малышом.

Однако будьте внимательны с прожиганием молочных желёз. Благодаря расслабляющему действию, которое оказывает огонь на кровеносные сосуды, расслабляются стенки железистых протоков, по которым идёт молоко. Так ход молока становится беспрепятственным. И во время Огненного массажа, а также после него у кормящей мамы прибудет молоко и может начать выделяться из сосков.

Этот замечательный эффект можно и нужно использовать мамам, у которых наблюдается скудность молока.

Но помним, что **прогрев молочных желёз** можно делать, если в них **нет воспалительных процессов и новообразований**.

Виды Огненного массажа

Потрясающе зрелищная техника массажа с огнём. Огонь в тибетском массаже даёт мощное улучшение кровообращения, глубокий прогрев мышц, суставов, внутренних органов, благодаря чему проходят спазмы, расслабляются мышцы во всём теле, кровяное давление нормализуется, в суставах стимулируется выработка суставной жидкости. Это один из самых действенных, оздоравливающих и восстанавливающих массажей. Кроме того, тибетский массаж чистит на энергетическом уровне.

По площади огня различают:

- **Общий.** Когда под огнём одновременно находится вся передняя или задняя поверхность тела.



- **Зональный.** Когда прорабатываем конкретную зону (антицеллюлитный массаж, массаж ступней, массаж коленных суставов и т. д.).



По назначению массажа различают:

- **Энергетический.** Работает с энергетическими оболочками и центрами человека, любыми энергетическими воздействиями на человека, блоками на уровне различных чакр, со снижением энергии ЦИ. С помощью энергетического Огненного массажа мы можем почистить энергетику клиента в целом, продиагностировать состояние его энергии, меридианов и чакр. Мы можем активизировать какую-то отдельную чакру или несколько чакр с помощью Огненного массажа. После энергетического Огненного массажа клиент чувствует в себе новые силы и невероятное облегчение от снятия негатива. Об этом массаже я пишу в книге «**Энергетический Огненный массаж**».
- **Лечебный.** Применяется при конкретном заболевании (артрозе, артрите, бронхите, пневмонии, остеохондрозе и т. д.).
- **Оздоровительный.**

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.