

JAK UVOLNIT pomocí prstů



TĚLO



Každý váš prst je spojen s mnoha funkcemi
(v odborných knihách se uvádí,
že je to nad deset tisíc).

Dokážete si tedy určitě představit,
kolik síly skrývají a nabízejí.

Tak si to teď pojďte vyzkoušet
a přesvědčit se na vlastní kůži.

Vždyť ne nadarmo se říká:
"Nejlepší místo, kde najdete pomocnou ruku
se nachází na konci vlastní paže".

Tahle příručka má 2 části



Část první



základní



- harmonizuje starosti (starosti nám berou život v přítomnosti)
- eliminuje nepotřebné úvahy v mysli (včerejšek je dávno pryč a to co se stalo už změnit nemůžu a zítřek je daleko)
- pomáhá nás udržet v přítomnosti (líp se pak přemýšlí a dojde se snáze k nějakému řešení)
- pomáhá při depresivních náladách, úzkosti, pocitu nenávisti a posedlosti
- posiluje naše sebevědomí
- pomáhá v nás vyvolávat sympatie a soucit k druhým
- podporuje činnost žaludku a sleziny (lépe strávit potravu)

Dobrým příkladem jsou děti, které si rády cucají palec. Tím podporují nejen zpracování potravy, ale taky snadněji přijmou (stráví) starosti od rodičů.)





- harmonizuje strach
- uvolňuje naše strachy, nejistoty, ostýchavost (strach blokuje tělesné uzdravování)
- podporuje správnou činnost měchýře a ledvin (jak se říká "nadělal si strachy do kalhot, nebo strachem se z toho počůral")





- harmonizuje zlost a zlobu (jste podráždění a pak si to vybijete na někom jiném)
- napomáhá převádět kreativní činnost v činy (zloba je ve skutečnosti potlačená kreativní energie)
- podporuje činnost jater a žlučníku (vždyť se říká: "hnulo mu to žlučí" nebo "žlučovitý dědek")





- harmonizuje smutek (pomáhá těm, kteří nejsou schopni ze smutku po nějaké době vystoupit)
- pomáhá lidem, kteří naopak nedokáží plakat nebo truchlit (bez těchto pocitů emočně tvrdneme, zatvrzujeme se a to není pro naše zdraví dobré)
- snižuje negativní myšlení, pocity viny a zklamání (podporuje zdravý lidský rozum, který nám říká, že přijdou lepší časy a bude prostě líp)
- podporuje správnou činnost plic a tlustého střeva





- podporuje radost
- podporuje žití podle našeho srdce a abychom zůstali věrni své vnitřní pravdě (tím vzniká vnitřní klid a náš život je pak jednodušší)
- podporuje žití a děláni věcí, které máte rádi (když nemáme rádi třeba svoji práci, tak to stojí velké přemáhání, které nás zatěžuje zdravotně i psychicky)
- vede k tomu, abyste nežili v přetvářce a velké psychické zátěži
- podporuje správné fungování srdce a tenkého střeva





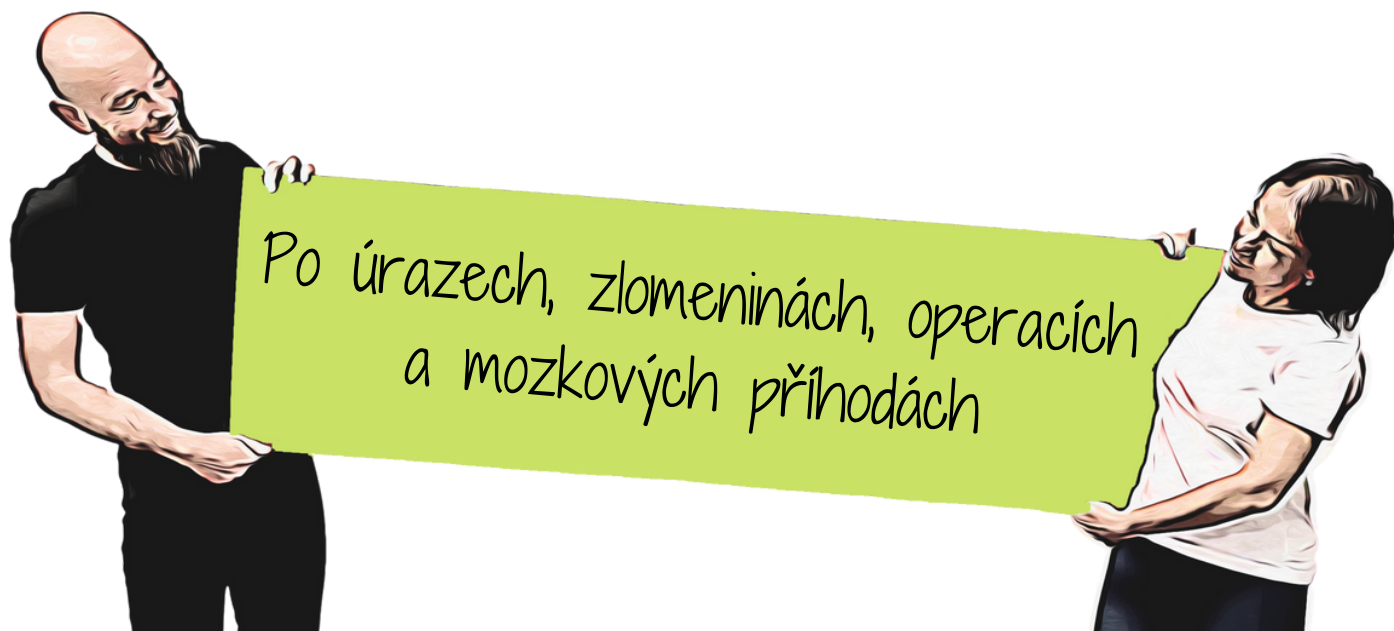
- regeneruje celé tělo (každou buňku v těle, každou vrstvu těla)
- harmonizuje celé tělo a psychiku
- pomáhá tomu, abychom si život s chutí prožívali a nepřežívali ho den po dni (třeba žít v nechuti, utrpení, bolesti a bez radosti)



Část druhá



na konkrétní problémy



Po úrazech, zlomeninách, operacích
a mozkových příhodách

Proč to udělat?

Pokud to použijete bezprostředně po úrazu nebo mozkové příhodě, můžete výrazně zmírnit následky.

Pokud máte příbuzné nebo přátelé, kteří leží po úrazu nebo mozkové příhodě v nemocnici, můžete u nich dělat bez obav toto držení drah.

Pokud je na noze, na ruce sádru, není to vůbec žádná překážka! Svoji ruku přiložte a místo, kde je ten potřebný prst chytněte přes sádru. I přes sádru se propojí dráha mezi prsty na nohou a na rukou.

Držte prsty do doby, než v nich ucítíte pulzování. To samé pulzování ucítíte i přes sádru. Sádru není překážka. Ta je jenom ve vaší hlavě.

Přesně tohle samé držení drah můžete udělat po jakékoliv operaci, během uzdravování se při nemoci, atd...

- pomáhají regenerovat tělo (třeba po mozkové mrtvici)
- podporují uzdravení (dráhy proudí celým tělem, všemi obratli, klouby, meziobratlovými prostory...)
- pomáhají při zlomeninách kostí a obratlů (podporují správný srůst kostí a jejich rychlejší hojení)
- čistí tělo

Jak to udělat?

Držení dráhy mezi prsty na nohou a rukou



jednou rukou držte palec pravé ruky a druhou malíček na levé noze



držte ukazováček na pravé ruce a prsteníček na levé noze



držte prostředníček na pravé ruce a prostředníček na levé noze



držte prsteníček na pravé ruce a ukazováček na levé noze



držte malíček na pravé ruce a palec na levé noze

To samé opakujte s vystřídáním stran,
zaměňte pravou a levou.



- držte ukazováček na levé ruce
- pak vystřídejte pravou a levou ruku



- držte malíčky na noze



- držte BEZ 25 a BEZ 12

Pozn. Co jsou BEZ najdete v naší příručce Bezpečnostní Energetické Zámky

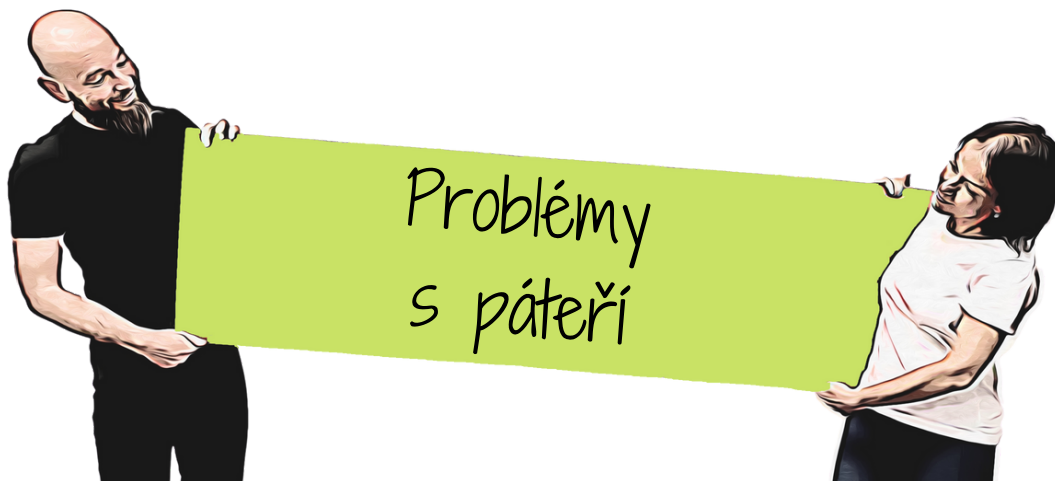


- držte prsteníček na levé ruce
- pak vystřídejte pravou a levou ruku

- pravou rukou držte levý BEZ 11 z boční strany krku a současně držte levou rukou pravý ukazováček (viz obrázek)
- pak vystřídejte pravou a levou ruku a držte pravý BEZ 11



Pozn. Co jsou BEZ najdete v naší příručce Bezpečnostní Energetické Zámky



Problémy s páteří



- ruce dejte do podpaží křížem



- držte své dlaně - pravou v levé
- pak vystřídejte pravou a levou ruku

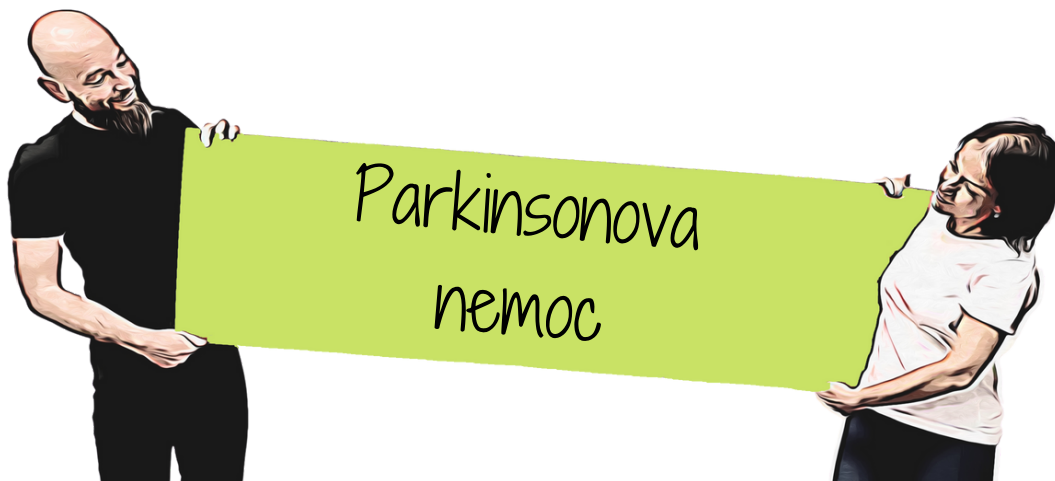


- pokud chcete uvolnit napětí na přední straně těla dejte pravou dlaň na levý BEZ 11 a levou dlaň na levý BEZ 25 (udělejte obráceně - viz obrázek)
- pak vyměňte pravou a levou ruku a držte BEZ 11 a BEZ 25 na pravé straně těla



- pokud chcete uvolnit napětí na zadní straně těla dejte pravou dlaň na levý BEZ 11 a levou dlaň na levý BEZ 15
- pak vyměňte pravou a levou ruku a držte BEZ 11 a BEZ 15 na pravé straně těla

Pozn. Co jsou BEZ najdete v naší příručce Bezpečnostní Energetické Zámky



- pravou rukou držte levý malíček u nohy a levou ruku dejte na stydkou kost
- pak vystřídejte pravou a levou ruku i nohu



- držte ukazováček na levé ruce
- pak vystřídejte pravou a levou ruku



- držte malíček na levé ruce
- pak vystřídejte pravou a levou ruku

Pozn. Co jsou BEZ najdete v naší příručce Bezpečnostní Energetické Zámky