

Mũi Phút Bật Minh Khỏe Hay Yếu

Tác Giả: Hoàng Duy Tân

Thứ Hai, 15 Tháng 2 Năm 2010 15:26

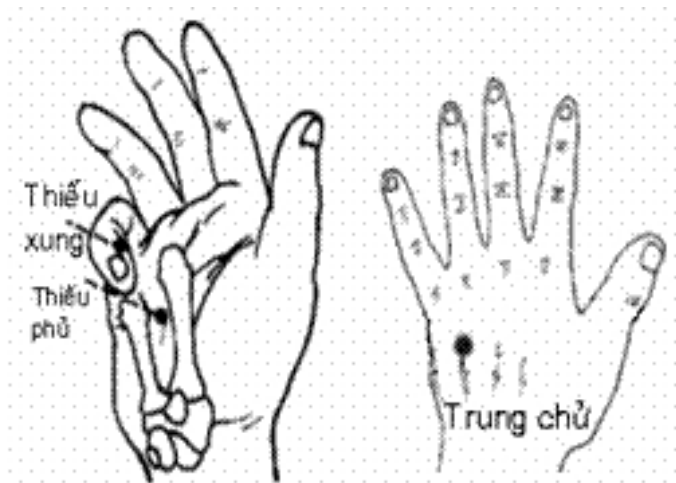
Số tiền bả của khoa học kỹ thuật đem đến cho con người nhiều lợi ích vô mốt th xác.

Th nhng ng người ta quá dả vào nhng thi t b này và quên đi nhng ‘quà tng’ tr i cho đ có th giúp phòng và tránh nhiều bnh t t.

Chúng tôi giới thiệu mốt số phng pháp của bác sĩ Cerney trong sách ‘Acupressure by acupressure’ (t m dch là châm bng cách day b m huy t), nhà xu t b n New York 1982. Đó là nhng gì kinh nghiệm mà ông thu th p đ c sau 25 năm theo học và nghiên cứu v Đông y Trung Quốc, vì vậy, nhng kinh nghiệm này r t quý và có hi u qu t t mà chúng tôi đã th c hi n t năm 1985 đ n nay

Mũi bu i sáng, tr c khi b t đ u b c vào sinh hoạt hàng ngày, b n ch c n b ra ch ng 10 phút đ ki m tra mốt số b ph n c quan ph tng quan tr ng và khi phát hi n s m các r i lo n (n u có) và đ u ch nh ngay, s mau ph c hi i.

Ki m tra tim.



Ngả bàn tay, n tìm k xng ngón tay th 4 và 5 (huy t Thi u phu). Huy t này cho bi t nhng bi u hi n của tim. H c n m vào góc móng tay út, phía ngón áp út t c huy t Thi u xung, n u huy t này đau ch ng t tim làm vi c quá s c. Nh r ng khi kích thích huy t này có nh hng đ n tim. N m 2 ngón tay vào huy t này th t ch t, day m nh và nh l c tay, có th tăng s c kho .

H c đ t ngón cái vào lòng bàn tay, ch khe xng ngón th 4 và 5 (Thi u ph). Ngón tr đ t phía đ i di n (mu bàn tay - t c huy t Trung chủ). Xoa và bóp, không nhng tr l c cho tim mà còn tăng s c cho c th n a.

Mũi Phút Bít Mình Khỏe Hay Yếu

Tác Giả: Hoàng Duy Tân

Thứ Hai, 15 Tháng 2 Năm 2010 15:26

Kiểm tra phổi.



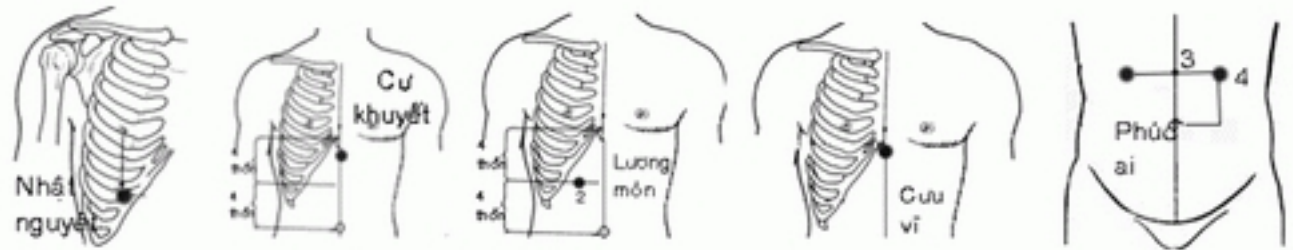
Ngửa bàn tay, dùng ngón tay trỏ vào chỗ lõm dưới lòng bàn tay (dưới ngón cái) tức huyệt Thái uyên, dùng ngón trỏ các ngón tay vào lòng bàn tay, đưa ngón tay trỏ chạm vào vùng thắt lưng ngón cái (huyệt Ngũ tễ) để kiểm tra phổi. Day 2 huyệt này làm lưu thông qua đường kinh Phổi.

Kiểm tra ruột già.

Mũi Phút Minh Khỏe Hay Yếu

Tác Giả: Hoàng Duy Tân

Thứ Hai, 15 Tháng 2 Năm 2010 15:26

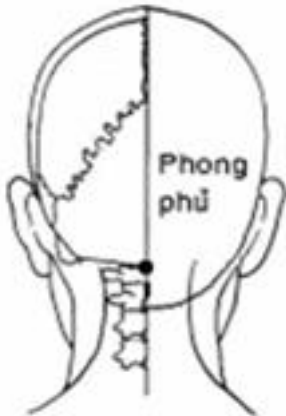


Mũi Phút Bịt Minh Khỏe Hay Yếu

Tác Giả: Hoàng Duy Tân
Thứ Hai, 15 Tháng 2 Năm 2010 15:26



~~Đang tải hình ảnh, vui lòng chờ đợi hoặc tải xuống ảnh từ máy chủ khác.~~



~~Đang tải hình ảnh, vui lòng chờ đợi hoặc tải xuống ảnh từ máy chủ khác.~~