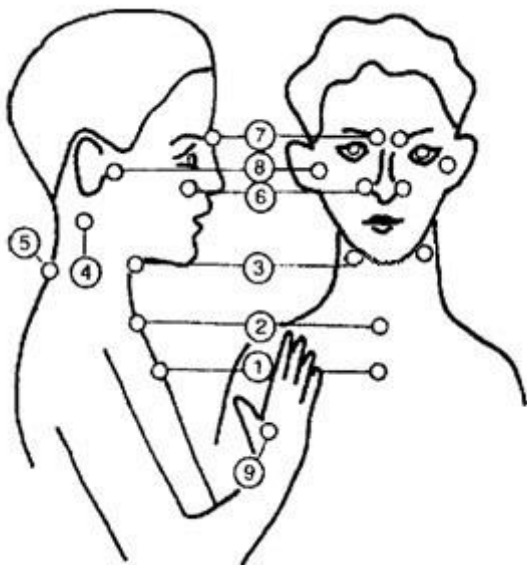


Точечный массаж по методу профессора А. А. Уманской

«Пульт управления здоровьем»

Профессор Алла Алексеевна Уманская из великого множества биоактивных точек на теле человека выделила 9 наиболее важных зон. Эти зоны – базисные, ключевые. Она назвала их «кнопками на пульте управления организмом».



Все эти биоактивные точечные зоны расположены в верхней части тела, большинство спереди, что позволяет воздействовать на них в любой момент и в любых условиях: дома, в транспорте, во время паузы на работе и т.п.

Как «запустить» здоровье?

Специалисты обнаружили, что размер биоактивных точек меняется в зависимости от состояния человека. Например, при сильной усталости и во время сна биоточки уменьшаются до миллиметра в диаметре, а иногда и еще меньше. После пробуждения их диаметр увеличивается до 1 см. при сильном эмоциональном возбуждении или заболевании вокруг точек образуются целые участки с повышенной биологической активностью. Таким образом, на биозоны лучше воздействовать утром, несколько раз в течение дня, перед сном.

На биозоны можно воздействовать подушечками пальцев, ногтями, гладкой палочкой, карандашом, медными, серебряными, золотыми кружочками,

массажными шариками, зубной щеткой, зернышками, маленькими орешками... и даже мысленно. Помимо этого полезно втирать в наиболее болезненные места раздражающие кожу мази, гели, бальзамы, настойки. Наклеивать кружочки перцового пластыря, ставить горчичники, рисовать йодные сеточки, прикреплять медные пластинки.

Будем здоровы!

Опыт А. А. Уманской показывает, что если регулярно воздействовать на эти 9 точек наряду с очищением носоглотки и лечением хронических заболеваний, то запускаемые ими процессы способны оптимально поддерживать деятельность всего организма до 100 лет и более, позволяя человеку даже в таком солидном возрасте оставаться здоровым, жить активно и творчески.

Профессор отмечает, что если такое воздействие проводить в любом коллективе, в том числе детском или в семье, то в этом случае создается и постепенно накапливается **коллективный иммунитет**. Членов этого коллектива как бы охватывает мощное биополе.