

Гингер М. и др.
 Масса́ж драгоценными ка́мнями
 / Р. Штребель, Э. Клигель, Х. Вайс, У. Домбровски /
 Пер. с нем.
 «Издательство «ДИЛЯ», 2007.

Содержание

Прикаса́ться и о́щущать прикоснове́ния.....	7
Михаэ́ль Гинге́р	
Осно́вы масса́жа драгоценными ка́мнями.....	11
Момент встре́чи.....	12
«Вне́шнее про́странство».....	12
Поверхно́сть для прове́дения масса́жа.....	13
Оде́жда.....	13
Форма драгоценных ка́мней.....	13
Масса́жное ма́сло.....	14
Что необходи́мо для масса́жа драгоценными ка́мнями	
«Вну́треннее про́странство».....	14
Защи́та.....	15
Прони́кнове́ние в ми́р чувств пацие́нта.....	16
Нача́ло масса́жа драгоценными ка́мнями	
По́за и по́ложение.....	16
Техни́ка масса́жа.....	17
Внима́ние!.....	18
«Бы́ть здесь».....	18
Возмо́жные реакци́и.....	19
«Уда́чный мо́мент».....	19
Масса́ж драгоценными ка́мнями	
Заверше́ние масса́жа.....	21

Взаимный обмен энергией.....	21
Духовное освобождение и просветление.....	21
Обратная связь.....	22
Сделайте перерыв.....	22
Завершение массажа драгоценными K&WUIMU	
Очищение драгоценных камней.....	23
Возможности и границы.....	24
Давайте начнем.....	24
Интуитивный массаж драгоценными камнями.....	27
Интуитивный массаж драгоценными камнями.....	28
Маленькое подготовительное упражнение.....	28
Проведение интуитивного массажа драгоценными камнями.....	30
Как держать камни.....	34
Игра с разновидностью и формой.....	36
Воздействие различных камней для массажа.....	37
Райнер Штребель «Распутывающий» массаж драгоценными камнями.....	45
Что такое «распутывание»?.....	46
Второй план.....	46
«Распутывание» и кранио-сакральная терапия.....	48
Предварительные упражнения.....	49
Как возникло «распутывание» драгоценными камнями?.....	50
Как воздействует «распутывание» драгоценными камнями?.....	51
Подготовка.....	52
/. Подготовка помещения и процедуры массажа	
2. Положение и начало массажа	
3. Определение области, которую следует лечить	
4. Как найти подходящий камень , Проведение массажа.....	56
f Дальнейшие указания.....	60
j Какое воздействие оказывает «распутывающий» массаж драгоценными камнями?.....	62
Какие камни с какой целью применяются?.....	63
Энергетический массаж тела драгоценными камнями.....	69
Что такое энергетическое поле?.....	70
Можно ли ощутить энергетическое поле?.....	71
Как появился энергетический массаж тела?.....	76
Как проводить энергетический массаж тела драгоценными камнями?.....	78
Энергетический массаж тела Какое воздействие оказывает энергетический массаж тела драгоценными камнями?.....	85
Каким воздействием обладают грифели из камней?.....	87

На что еще следует обращать внимание во время энергетического массажа тела?.....	92
Массаж рефлекторных зон грифелями из драгоценных камней....	9 5
Рефлекторные зоны и драгоценные камни.....	96
Древние традиции.....	96
Тайна воздействия.....	97
Рефлекторные зоны - карты нашего здоровья.....	99
Связь драгоценных камней и рефлекторных зон.....	100
Как найти ведущую зону?.....	106
Грифели из каких драгоценных камней лучше всего подходят для работы?.....	108
Как устранить нарушения в ведущей зоне?.....	109
Как действуют эти энергии?.....	110
Гармонизирующий массаж янтарем.....	117
Встреча с новым массажем.....	118
Гармонизирующий массаж.....	118
1— /---, —, — • ~ ^--	
Массаж шарами из драгоценных камней.....	127
Массаж шарами.....	128
Что такое тело.....	128
Коммуникация в теле.....	129
Двигательный аппарат.....	131
Позвоночник и таз	
Ритм тела.....	133
Как родился массаж шарами из драгоценных камней?.....	134
Виды движений шаром.....	134
Как подготовиться к массажу шарами?.....	134
Как проводится массаж?.....	135
Внутренняя установка.....	136
Выбор шарообразных камней.....	137
Начало массажа шаром.....	137
Продолжение массажа шаром.....	140
Каково действие массажа?.....	142
Показания и противопоказания Какие камни вы можете использовать для массажа?.....	144
На что еще следует обращать внимание во время массажа шарами?.....	149
Прикасаюсь и ощущаю прикосновения	
Способность делать массаж и наслаждаться им самому, как мне кажется, — одна из самых прекрасных вещей в нашей жизни. Кто же откажется от того, чтобы, расслабившись, доверчиво отдаться во власть рук массажиста или массажистки и позволить им сделать что-то хорошее для вас. Однако самим уметь делать массаж — не менее прекрасно. Проявить внимание к доверившемуся тебе человеку, сделать для него все возможное и видеть, что это приносит пользу и способствует хорошему самочувствию... Чего еще можно желать?	
Массировать — значит прикасаться («massa» по-арабски — «касаться»). И прикосновение — это то, к чему мы все в глубине души стремимся. Оно является основой любого контакта, любого общения, любого обмена. Прикасаюсь можно даже взглядом, словом или жестом. Однако непосредственный физический контакт по-прежнему кажется чем-то неприемлемым. К сожалению, прикосновения становятся все более редкими, так как мы,	

предположительно, не имеем для них достаточно времени, не знаем наверняка или даже не имеем представления о том, что можно обмениваться физическими прикосновениями с другими людьми, кроме наших близких.

Однако мир без прикосновений был бы бедным. Мир, в котором многие люди осмеливаются прикасаться друг к другу, является, напротив, богатым миром, полным общения, сочувствия и понимания. Раньше я работал массажистом ши-атцу и все больше убеждался в том, что люди, которым я делал массаж, начинали мне нравиться. Если сеансы проходили часто, то взаимопонимание возрастало, независимо от того, насколько мы различались в образе мыслей, поступках и в жизни. «Дар и ответный дар порождают дружбу, если не возникает иных препятствий», — так написано в исландском эпосе «Эдда». А разве существует более прекрасный дар, чем прикосновение?

Таким образом, неудивительно, что массаж оказывает целебное воздействие. Он полезен не только для тела, но и для души, интеллекта и образа мыслей. Взаимные прикосновения действуют на все наше существо, поэтому каждый массаж — целое искусство исцеления. Впрочем, этому искусству может научиться каждый человек! Ведь самое главное в массаже — не техника, а умение понять другого человека, который сидит напротив нас, желание сделать ему добро, создать хорошее самочувствие и исцелить. Если мы открыты таким отношениям, то наши руки, как правило, сами понимают, что приносит пользу и что надо делать. Будем ли мы тогда точно следовать инструкциям учебника, это вторично, так как важнее того, что мы будем делать, является то, как мы будем это делать.

С помощью этой книги мы бы хотели увести вас в особенный мир массажа — массажа драгоценными камнями. Камни для массажа? Вы можете удивиться, ведь мы часто считаем камни твердыми, тяжелыми и острыми! Но вы будете поражены тем, насколько «мягкими» могут быть камни, как нежно они могут обращаться с нашей кожей и нашим телом, и какую легкость они могут нам придать. Массаж драгоценными камнями соединяет в себе как массажирование, целебные прикосновения, так и научные знания о лечении камнями, об их гармонизирующей, исцеляющей силе. Так выявляются мягкие, но действенные способы лечения самых разных болезней.

В зависимости от того, как мы применяем камни, мы можем воздействовать ими на различные области: на тело, нервные окончания, психику, разум — в конечном счете результат всегда бывает целостным, однако каждый массаж подбирается индивидуально. Говоря образно, каждый массаж открывает новые грани нас и нашего внутреннего мира. Поэтому я очень радуюсь тому, что для этой книги написано много разнообразных статей. Прекрасно, что Урсула Домбровски, Эвальд Клигелль, Райнер Штребель и Хиль-дегард Вайс выразили готовность представить здесь свои разработанные и усовершенствованные способы массажа драгоценными камнями. В новой истории современной

науки о лечении камнями возникли, в самом деле, очень интересные и разнообразные методы. Кроме того, я хотел бы поблагодарить Марко Шрайера, который побудил меня написать эту книгу и заставил заняться изучением камней. Также я хочу выразить благодарность Сабине Шнайдер-Кюнле за помощь в осуществлении проекта; моему издателю Андреасу Ленцу за его готовность опубликовать эту книгу, несмотря на легкомысленное несоблюдение мною всех сроков; Стефану Фишеру за то, что он помог мне познакомиться с Ми-хаэлой и Стивеном; Франке, Габриэле Симон, Дагмар Флек и Эрику Фаю за их самые лучшие камни для массажа, а также Эвальду Клигелю и моей жене Ани Гингер за их участие в массаже, проходящем перед камерой. Я хотел бы поблагодарить также Еву-Лену Курц за помощь в студии, а также Стивена Килча и Михаэлу Версебе за их участие в качестве фотомоделей, особенно Михаэлу — за огромное терпение, выдержку, необыкновенный талант. Однако эта книга не стала бы тем, что она собой представляет, без профессионализма Инее Блерш, которой удается снова и снова создавать по-настоящему сказочные фотографии. За долгие годы хорошего сотрудничества — сердечное спасибо!

Мы бы хотели пригласить вас, дорогая читательница и дорогой читатель, попробовать на себе те виды массажа драгоценными камнями, которые вам понравятся. Используйте прекрасную возможность обменяться опытом со своей партнершей или партнером, с подругами и знакомыми или применяйте массаж драгоценными камнями в своей практике массажа или исцеления природными средствами, если вы профессиональный целитель.

Наш личный опыт, в целом, положителен: драгоценные камни придают массажу дополнительный целительный эффект, а массаж дает возможность более интенсивно ощутить воздействие целебных камней.

Как профессионал и как личность, попробуйте, ведь говорится — нет ничего более прекрасного, чем прикоснуться и ощущать прикосновения. То же самое происходит между человеком и камнем...

Момент встречи

Массаж — это особенный момент, момент встречи. Поэтому важно подготовить помещение и уделить своему клиенту внимание и время — достаточно времени, чтобы можно было по-настоящему насладиться массажем и чтобы он оказал нужное воздействие. Правильное время — то, в течение которого мы готовы отдавать, а наш визави — принимать. Найдите прекрасное, приятное и надежное место, где вы оба чувствуете себя хорошо и никто не мешает. И почувствуйте готовность быть целиком и полностью «здесь», все свое внимание посвятив массажу и человеку, которого массируете. Особенно важно последнее, так как «быть здесь» создает атмосферу массажа, «внутреннее пространство», которое многое сглаживает, если внешние обстоятельства, в зависимости от ситуации, не являются оптимальными. Тем не менее «внешнее пространство» также стоит оформлять как можно уютнее, так как это облегчает и улучшает массаж и его воздействие.

«Внешнее пространство»

Идеальным является теплое, спокойное место, где вам ничто не будет мешать. Очень важно, чтобы было тепло, так как человек, который хочет испытать массаж и насладиться им, во время многих видов массажа бывает раздет. Хотя можно сначала прикрыть определенные области шерстяным одеялом, однако это не всегда желательно, особенно при массаже, оказывающем особое воздействие. Например, при энергетическом массаже тела иногда возникают чудесные ощущения и любое прикрытие становится неприятным, поскольку хочется наслаждаться возникшим свободным пространством. Поэтому в случае необходимости можно использовать для этой цели или, по крайней мере, приготовить обогреватель или другое средство. Прекрасно оборудованное помещение с приятной атмосферой также способствует тому, что человек, которому делают массаж, лучше может поддаться ему и воспринять его. Положительное восприятие окружающей среды — это половина хорошего массажа!

(1) палочки из драгоценных камней, (2) грифели из драгоценных камней, (3) шары, (4) камни из россыпных месторождений, (5) отколотые камни, (6) необработанные камни

Поверхность для проведения массажа

Массаж делают как на полу, где постелен твердый матрас или 2-3 шерстяные одеяла, накрытые простыней, так и на специальной тахте (если таковая имеется). Местоположение зависит от вида массажа и от ситуации, так как некоторые люди, например, лучше расслабляются на полу, если только они не лежат «на самом краю пропасти»... Можно также расположиться и на кровати, хотя слишком мягкие матрасы вредят многим видам массажа, так как затрудняют запланированное давление (из-за отклонения тела) или изменение положения (из-за слишком малого сопротивления). Во время массажа под рукой обязательно должны находиться подушки, валик, подкладываемый

под колени, шерстяные одеяла и, при необходимости, другие мягкие валики или подушки.

Удобное положение имеет большое значение для расслабления.

Для массажистки или массажиста рекомендуется просторная, легкая одежда — во время процедуры становится по-настоящему тепло, даже если мы не тратим никаких физических сил, так как энергия в нас также приходит в движение. Это одно из преимуществ массажа: он благоприятен для обоих участников. Чтобы энергия могла хорошо циркулировать в теле, обеим сторонам будет также полезно в день массажа пить много чистой воды (и потом, незадолго до проведения сеанса, еще раз сходить в туалет).

Форма драгоценных камней

В качестве вспомогательных средств для массажа драгоценными камнями мы можем использовать гладко отполированные, закругленные камни («ласкающие руку»), массажные палочки из драгоценных камней, грифели, шары, камни из россыпных месторождений, линзообразные камни и многие другие формы камней, такие как необработанные камни, кристаллы и экстракты из драгоценных камней. Палочки из драгоценных камней, большей частью, шестиугольные,

с круглым основанием и острым наконечником. Для того чтобы удобно было ими пользоваться, они должны иметь приблизительно 8-10 см в длину. Грифели из драгоценных камней выглядят как вытянутые капли 8-12 см в длину и имеют поэтому более широкий, круглый и острый закругленный конец. В ходе применения многих методов широкая сторона камня оказывает скорее расслабляющее и успокаивающее воздействие, более острая сторона, напротив, активизирует и оживляет.

Магг<! :: ■-'■ .--. , 'O

Массажное масло чаще всего не используется при массаже драгоценными камнями, так как их гладко отполированная поверхность и без того хорошо скользит по коже, тогда как масло при применении некоторых методов (например, при энергетическом массаже тела) может даже уменьшить эффект. Если вы работаете с массажным маслом, то следует применять высококачественное, натуральное, биологическое масло для тела. Хорошее масло может принести успех и закрепить его, а низкокачественное, напротив, приостановить и блокировать лечение.

Что необходимо для массажа драгоценными камнями:

1. Комфортное, надежное и спокойное помещение, по возможности, красиво обставленное.
2. Удобная поверхность для проведения процедуры (матрац, шерстяные одеяла, простыни, а также, в случае необходимости, тахта для массажа).
3. Удобная легкая одежда.
4. Тепло (при необходимости, обогреватель).
5. Подушки, валик под колени, все остальное для удобства расположения пациента.
6. Одеяло, чтобы укрыть клиента (в зависимости от цели массажа).
7. Отколотые камни, шары, палочки и грифели из драгоценных камней или другие камни.
8. Массажное масло (не для всех видов массажа).

■'(?tift.-! • mHH'mpiiHcmwt'i-

Прежде чем вы приступите к массажу, вам следует уделить несколько минут знакомству с человеком, которому вы будете делать массаж. Короткий разговор за чашкой минеральной воды или чая, затем еще раз быстрый визит в туалет — и человек чувствует себя совсем иначе, чем если бы ему пришлось сразу упасть на тахту для массажа (вероятно, он проделал поездку на автомобиле или шел пешком). В самом начале массажа человек, которому вы делаете массаж, должен принять удобное для себя положение. Подложите, если это необходимо, подушки, валики и тому подобное, пока положение не станет по-настоящему комфортным, и накройте пациента, смотря по обстоятельствам, шерстяным одеялом или чем-нибудь полегче. Предоставьте ему (и себе) еще один момент покоя и концентрации, прежде чем начнете массаж. В это время представьте себе, что вы находитесь здесь исключительно ради вашего пациента. Пока вы занимаетесь массажем, все остальное является второстепенным: ваш быт, ваши заботы и интересы и даже ваше собственное самочувствие. Сознательно отвлекитесь от всего и направьте внимание целиком и полностью на массаж.

Во время массажа воздействие оказывают не только ваши руки, но и ваши мысли, чувства и ощущения. Поэтому они должны быть спокойны, сконцентрированы, нейтральны и направлены только на достижение хорошего самочувствия вашего пациента.

• кпцита

Прежде чем вы начнете делать массаж, необходимо создать мысленную защиту: все, что принадлежит вам, так и останется с вами, а то, что принадлежит вашему пациенту, соответственно, останется с ним. Во вре-

мя массажа не должен происходить обмен энергией. Чужая энергия — это всегда балласт! Цель любого массажа, напротив, заключается в том, чтобы избавиться от напряжения и мышечной блокады и привести в движение вашу собственную энергию.

Движущаяся энергия — это энергия, которая находится в вашем распоряжении. Энергия, которая не движется, скована или заблокирована и больше не свободна. Если мы освободили свою собственную жизненную энергию, то мы обладаем таким потенциалом, что не нуждаемся в чужой энергии. В сущности, мы все стремимся к тому, чтобы жить, используя свои собственные силы!

Вы можете создать себе такую защиту, если твердо решите, что все остается там или возвращается туда, откуда появилось. Дополнительно вы можете представить вокруг себя и своего пациента световое поле, например, в виде фиолетового пламени, которое и выполняет функцию защиты. Символ лежащей восьмерки (двух кругов, которые соприкасаются друг с другом, однако, сами по себе являются полноценными), нарисованный вокруг вас и вашего пациента, также может быть полезен. Какой бы вид помощи вы ни избрали, самым важным является то, чтобы вы знали — вы и человек, которому вы делаете массаж, защищены, когда вы этого хотите.

Проникновение в мир чувств пациента

Защищенные таким образом, вы можете уже в начале лечения проникнуть в мир чувств человека, которому вы делаете массаж. Наша способность понять мир другого человека является таким же даром, как зрение, слух, обоняние и вкус. Во время массажа мы как раз и зависим от этого чувства, поэтому массаж особенно хорошо проходит, если мы делаем его не столько «технично», сколько вживаясь в мир другого человека. При этом требуется не только чувствительность рук, в самом деле — оба тела должны быть полностью настроены друг на друга. Вот, например, возможность достигнуть этого — начать дышать в том же ритме, что и ваш пациент. При этом вы намеренно дышите с ним

«в такт», что очень быстро способствует «чувствованию» тела другого человека. Это может быть очень непривычно, однако если вы доверитесь этому ощущению, то во время всего массажа проявите очень хорошее чутье к тому, что полезно человеку, а что нет. Вы можете через 1-2 минуты спокойно вернуться к вашему собственному ритму дыхания (иначе это может быть утомительно); способность понимать чувства другого человека будет с вами, раз вы того хотите.

Начало массажа драгоценными камнями

1. Обеспечить пациенту удобное положение (по возможности, снабдить его подушками и тому подобное).
2. Сконцентрироваться и четко настроить сознание только на массаж.
3. Создать защиту («Все остается там или возвращается туда, откуда произошло»), подключив воображение (световой покров, лежащая восьмерка).
4. Проникнуть в мир чувств массируемого человека (например, посредством выравнивания ритма дыхания).

В зависимости от того, лежит ли пациент на полу или на тахте для массажа, мы будем массировать его сидя или стоя. В обоих случаях важно, чтобы мы сами занимали удобное положение, при котором мы всегда сможем выпрямляться и, не прилагая усилий, нагибаться. Во время работы на полу все зависит от того, правильно ли вы сидите, во время массажа на тахте — от ее высоты и установки (устойчивые, но легко переставляемые тахты являются поэтому более предпочтительными). О том, как сидеть, позы и положении речь пойдет в главах, посвященных отдельным видам массажа драгоценными камнями. Во всяком случае, мы получим преимущество, если начнем массаж, занимая положение по центру, так, чтобы иметь возможность снова возвратиться в свое первоначальное положение.

Проверьте поэтому в самом начале: занимаете ли вы положение, в котором сможете находиться длительное время. Конечно, некоторые позиции во время массажа сначала кажутся непривычными, но кое-что можно улучшить, корректируя положение тела, и это экономит очень много сил!

Специальная техника массажа — хватания руками, особые движения и применение камней — конечно, значительно отличается в представленных видах массажа, в зависимости от того, на какие области они воздействуют. В целом, следует, однако, сказать, что многие способы менее утомительны и более приятны, если мы даем возможность участвовать в них всему нашему телу. Попробуйте выполнить, сверх того, маленькое упражнение: Сядьте за стол и надавите двумя большими пальцами

на край стола. Сначала сделайте это, используя силу ваших рук и напрягая мускулы. Движение будет похоже на рывок и отзовется в вашем теле. Значительного потока энергии не возникнет, и вы вскоре утомитесь. Теперь надавите большими пальцами на край стола, перемещая вес всего тела вперед и назад. Мускулы рук только держат, но сами при этом не оказывают давления. К тому же, движение становится более гармоничным, давление плавно увеличивается и уменьшается, в вас также возникает поток энергии, практически не создающий напряжения. Не правда

ли, различие ощутимо?

Массируем ли мы весьма нежными движениями, как, например, во время энергетического массажа тела, или достаточно сильно нажимаем руками, как во время массажа с использованием шара, всегда нужно стараться, чтобы движение исходило от всего тела, а во время наклонов вперед и назад следует использовать силу тяжести.

И это применимо не только к массажу! В быту движения такого типа помогут нам избежать утомления, напряжения, болей и многих недугов. Если мы дополнительно скоординируем движение и дыхание, то почувствуем себя еще легче и лучше. Выдыхайте во время движения, особенно при нажатии, хватании или начале движения. Таким образом, вы избавитесь, например, от болей в позвоночнике или даже сможете с легкостью открывать туго завинченные пробки! Во время массажа вы, благодаря этому, сэкономите много сил и весь процесс будет восприниматься более приятным. Вдохните, когда вы отпускаете или прерываете движение. Хотя не каждая техника массажа позволяет это, только та, где существуют ритмы «хватания» и «отпускания» (но пусть они также будут нежными), то этот ритм дыхания является большой помощью. После того как сформируется привычка, дыхание, осуществляемое таким способом, происходит само по себе (даже в обычной жизни). Раньше я работал санитаром и таким образом в течение месяцев излечивал повторяющиеся боли в позвоночнике.

Внима т.с!

Когда мы делаем кому-то массаж в первый раз, то техника массажа требует очень много внимания. Это совершенно нормально! Постоянно обращайтесь внимание на самочувствие человека, которого вы массируете. Выражение лица, дыхание, невольные движения, шумы в кишечнике (часто являющиеся признаком расслабления) и, конечно, звуки и высказывания дадут вам знать, как проводить массаж. Эта обратная связь важна для того, чтобы видеть, находимся ли мы на «правильном пути». Чем лучше вы овладеете техникой массажа благодаря более интенсивным тренировкам, тем больше останется времени, чтобы наблюдать за пациентом.

«Быть здесь»

Опасность рутины заключается, однако, в том, что мы во время массажа в действительности не остаемся «здесь», в мыслях обращаясь к другим вещам. Тогда массаж проводится только «технически» и «автоматически», в то время как душой мы отсутствуем. Даже когда мы все делаем правильно, процесс все-таки не окажет глубокого воздействия: ему будет не хватать нашего присутствия, атмосферы, «духа». Решение этого вопроса очень простое.

Обращайте внимание на то, чтобы всегда мысленно присутствовать на массаже, посвящать себя исключительно ему и внутренне целиком и полностью отдавать себя человеку, который находится «в ваших руках».

• ;'•■

• '4111!

Массаж освобождает, а все, что освобождает, иногда также что-то вызывает. Конечно, мы успокаиваемся, когда, благодаря массажу драгоценными камнями, наступает только расслабление и хорошее самочувствие. Однако иногда следует сначала избавиться от груза забот, который препятствует душевному равновесию. Поэтому не бойтесь стонов, вздохов или даже плача! Как раз массаж, вызывающий такие реакции, часто приносит наибольшее облегчение. Если вы заметите, что появляется напряженное выражение лица или другие признаки недомогания, то спокойно поинтересуйтесь, в чем причина. Некоторые вещи следует просто высказать, и тогда они разрешаются сами собой. Если потекут слезы, то спросите, следует ли вам ненадолго остановиться или продолжать дальше (чаще просят «продолжать дальше»). В противном случае, прервите массаж и продолжите его только после того, как наступит облегчение.

Подождите поэтому, пожалуйста, пока прекратятся слезы (и подайте, в случае необходимости, носовой платок), а потом продолжите

Наблюдайте: как действует массаж:?

Плач является положительным моментом, ведь он приносит облегчение! Пожалуйста, не «душите» его, приводя мнимые утешения. Оставайтесь лучше просто «полностью здесь» и освободите место для этого. Позволив себе просто расплакаться, вы можете обрести успокоение... массаж драгоценными камнями. Не прекращайте массаж в этот момент, если возможно, так как вы можете быть уверены: «после дождя выглянет солнце»! Мы заканчиваем массаж всегда в

«удачный момент». И он, конечно же, наступит, если вы старательно, нежно, мягко, вживаясь в мир чувств вашего пациента, всегда находитесь «целиком и полностью здесь»!

■ ■ :ni>ih чплкчпп >

Так называемый «удачный момент» — это существенное правило! Такой «удачный момент» может вполне наступить незадолго до первоначально запланированного вами конца массажа драгоценными камнями. Человек в ваших руках внезапно начинает вздыхать, радостно сиять, возможно, даже облегченно смеяться и наконец наслаждаться блаженством. Можно ли в этот момент сделать что-нибудь «еще лучше»? Едва ли! Поэтому лучше всего прекратить массаж. Завершите массаж области, которой вы занимались (например, другой ноги, если вы уже сделали массаж одной ноги), но после этого закончите массаж драгоценными камнями. Ведь состояние, в котором вы завершаете массаж, ваш пациент или пациентка унесут с собой. А почему оно не должно быть самым прекрасным?

Если вы уже прошли через этот «удачный момент», радость вашего пациента исчезает, а настроение снова резко понижается, тогда вы можете после завершения какой-либо части массажа спросить: «Где было лучше всего?» Часто бывает достаточно только воспоминания, и ощущения снова возвращаются. Если такого не происходит, то следует еще раз спросить: «Мне помассировать здесь еще раз?» Если ответ будет: «О да!», то, как правило, короткого массажа этой области вполне хватит, чтобы воспроизвести «удачный момент». Если ответ звучит иначе: «Нет, лучше продолжайте дальше!», тогда вы продолжаете массаж. Если вы вживаетесь в мир чувств человека, которому делаете массаж, и мысленно остаетесь с ним, а когда у вас возникают сомнения, не бойтесь просто осведомиться о его самочувствии, то вы на верном пути к «удачному моменту».

Закончить в «удачный момент»

«Удачный момент» можно совсем просто определить как «улучшение по сравнению с исходным состоянием». Это, конечно, в большинстве случаев, далеко не то, что выше было названо блаженством! Иногда это всего лишь маленькие шаги, которые мы можем сделать посредством массажа. И все-таки каждое улучшение, маленькое или большое, уже — успех! «Удачный момент» достигнут, во всяком случае, и тогда, когда массаж драгоценными камнями, кажется, мог бы продолжаться бесконечно...

Массаж драгоценными камнями

1. Примите удобную позу, в которой вы сможете массировать, меняя положение.
2. Дайте возможность всему своему телу и силе тяжести участвовать в массаже, настройте ваше дыхание на движения.
3. Сосредоточьте все внимание исключительно на массаже и на человеке, которому вы делаете массаж.
4. Не препятствуйте возникновению бурных реакций. Уделите им необходимое время и продолжайте массаж.

Не пытайтесь подавить слезы, спеша утешить пациента. Это - предвестники облегчения! 5. Завершайте массаж в «удачный момент».

Завершение массажа

После завершения массажа драгоценными камнями лучше всего оставаться (мысленно и физически) здесь, сохранять спокойствие и наблюдать, как себя чувствует пациент, которого вы массировали. Просто оставайтесь сидеть поблизости, и спросите, по возможности, о его самочувствии: «Как у вас дела?» Делайте то, чего желает ваш пациент: укрыть его или нет, нужен ему покой или разговор, одиночество или контакт. Предоставьте пациенту место, в котором он нуждается, оставайтесь при нем или удалитесь, если так будет лучше. Если вы уходите из помещения, то можете просто сказать: «Воспользуйтесь временем, которое вам необходимо, и поставьте меня в известность, что уходите, когда сочтете нужным». Тем самым вы подразумеваете, что предоставляется столько времени и места для воздействия массажа и для переживаний от него, сколько пациент пожелает.

Взаимный обмен энергией

Сразу же после окончания массажа вы можете еще раз удостовериться, что вся энергия, которая принадлежит вам, так у вас и осталась, а энергия, которая принадлежит пациенту, также осталась при нем.

Вы можете, к тому же, представить себе, что посылаете короткое (!) сообщение, в ходе которо-

го происходит возможный взаимный обмен энергии. Интересно, что часто вы сами, как и ваш пациент, можете испытать облегчение. Если вы чувствуете себя уравновешенным, то прерывайте связь.

Духовное освобождение и просветление

Если вас все-таки не покидает чувство, что рядом с вами, вашим пациентом или в помещении вокруг вас есть еще что-то, то существует формула освобождения, чтобы очистить помещение. Этим неопределенным «что-то», которое вы, возможно, ощущаете, может быть отданная энергия, которая не принадлежит ни вам, ни пациенту, которому вы делаете массаж. Это — чужие мысли, соображения, эмоции и так далее, накопившиеся в помещении. Представьте себе, что этим «что-то» является много маленьких частичек энергии, и направьте следующие мысли на эти частички: «Вернись назад, к моменту твоего создания, или будь свободна!» Может быть, вам придется посылать эти мысли несколько раз, но зато вы ощутите, как то, что оставалось в помещении, растворяется и исчезает.

Это заключительное разделение, очищение и растворение отданной и полученной энергии — хороший прием во время лечения и массажа, способствующий тому, чтобы избавиться от энергетического «балласта».

Полезно будет также соображение, что ничто само по себе не бывает «хорошим» или «плохим», что для всех вещей лучше всего, когда они находятся на своем месте или свободны. Если вы хотите, то можете очистить свое процедурное помещение с помощью звенящих шаров, подвесок и камертонов или шалфея, ладана или других курительных средств, все они действуют сходным образом. Если человек, которого вы массирували, еще находится под впечатлением массажа, то это «ментальное очищение» может способствовать хорошему энергетическому завершению массажа.

Обратная связь

Конечно, обратная связь между людьми, когда они говорят о своих впечатлениях от массажа, часто бывает интересной и увлекательной. Следите, совпадают ли ваши наблюдения с тем, о чем говорит пациент. Это — хорошая возможность учиться и углублять свое восприятие. Однако заводите разговор об энергетическом массаже тела только тогда, когда пациент сам заинтересован этой темой. Навязанный разговор может очень быстро снизить эффективность лечения. Лучше своевременно закончите процедуру массажа и поговорите о нем в другой раз. Так как многие виды массажа драгоценными камнями оказывают легкое воздействие еще некоторое время после процедуры, то некоторые выводы ваш пациент сделает не сразу.

Когда массаж и, соответственно, последующий разговор закончен, то вы можете выйти из «роли массажиста». То, что вы раньше «отложили в сторону», можно сейчас снова «использовать для себя», если вы еще хотите этого. Хорошо также (по крайней мере, на короткое время) покинуть процедурное помещение или сделать в нем уборку, чтобы оно снова соответствовало своему прежнему назначению (если вы, например, делали массаж частным образом, дома).

Завершение массажа драгоценными камнями

1. Нахождение рядом с пациентом, наблюдение за ним и вопросы о самочувствии. Освобождение места и времени для возникших потребностей.
2. Обмен полученной энергией (в случае необходимости, с помощью воображения).
3. Избавление от энергии, накопившейся в воздухе: «Вернись назад, к моменту своего создания, или будь свободна!»
4. Обратная связь и разговор о массаже (только по желанию пациента).
5. Осознанный выход из «роли массажиста» и возвращение в жизнь. Следует покинуть или убрать помещение.
6. Чистка драгоценных камней под проточной водой и на аметисте.

Очищение драгоценных камней

Использованные драгоценные камни следует очищать от полученной энергии и информации. Подержите их для этого одну минуту или дольше под проточной водой и сильно потрите их пальцами. Вы обнаружите, что поверхность камней, которая сначала казалась несколько «мыльной», затем оказывает больше сопротивления, растирающий ее палец больше не скользит так легко, как раньше. Это говорит о том, что полученная энергия улетучилась. Тогда выньте камни из воды и положите их на друзу или кусок аметиста. Аметист освобождает камни от по-

следней «посторонней»

информации, и через несколько часов ваши драгоценные камни снова будут «свежими и новыми» — для следующей процедуры.

Возможности и границы

Не делайте, пожалуйста, массажа драгоценными камнями, если вы не в форме или в плохом настроении! Как уже было сказано, во время массажа воздействие оказывают не только наши руки, но также и наши мысли и настроение. В таких ситуациях лучше выбирайте способы, при которых ваше влияние не так сильно, например, наложение камней. В ходе массажа драгоценными камнями вам следует всегда оставаться нейтральным, просто наблюдая и делая все возможное для вашего пациента. Также, если вы сами не готовы к массажу или основные условия не подходят, не позволяйте уговорить вас на массаж, иначе возникает опасность, что результат будет неудовлетворительным для обеих сторон. Обращайте также, пожалуйста, внимание на возможные ограничения и пределы различных видов массажа драгоценными камнями, которые упоминаются в соответствующих главах.

Упомянутые в этой книге виды массажа драгоценными камнями способствуют, в первую очередь, здоровью и укреплению сил, исцеляющих организм. Они многократно применялись и проверялись на практике, однако, конечно, не могут заменить диагнозы и лечение врачей или целителей! Если у вас есть серьезные жалобы на здоровье, то следует получить совет специалиста и применять массаж драгоценными камнями только после консультации с лечащим врачом.

Если вы чувствуете себя хорошо и бодро, то не может быть никаких особенных противопоказаний, а если у вас есть желание самому делать массаж, то используя драгоценные камни, можно достигнуть чудесных результатов. Палитра возможностей огромна: не только слабые мускулы, но также кости и суставы могут снова обрести хорошую форму благодаря массажу драгоценными камнями. Кроме того, он оказывает положительное влияние на многие другие недуги, а также психические расстройства и душевные переживания. Больше об этом вам поведают следующие главы.

Основополагающие действия, описанные здесь, проходят, хотя и в разной форме, во всех видах массажа. Конечно, та или иная техника массажа ограничивает определенные действия или делает их ненужными, в то время как другие моменты приобретают особое значение. Это в природе вещей, однако в любом случае будет полезно запомнить эти основные положения или, для подготовки, записать

их на «шпаргалку». Только не ксерокопируйте, все-таки, вышеназванные выводы из книги — это не принесет большой пользы. Если вы запишете все сами, то соответствующие фразы придут вам в голову, в случае необходимости, намного быстрее.

Все остальное появляется в ходе самого массажа, так как, в конце концов, искусство массажа можно освоить только в процессе массажа!

Это — искусство, которое нужно познавать и тренироваться в нем. Однако самым прекрасным в массаже является то, что взаимодействие двух участников массажа может принести им удовольствие, радость и хорошее самочувствие. В этом смысле как раз к массажу можно отнести знаменитое изречение: «Нет ничего хорошего, кроме того, что мы создаем сами!» (Эрих Кестнер). Итак, давайте начнем...

Интуитивный массаж драгоценными камнями

Массаж приносит здоровье! В процессе массажа прекрасно то, что успех фактически всегда гарантирован, если мы делаем его осмотрительно и спокойно, пытаюсь проникнуть в мир другого человека, и внимательно наблюдаем за своими действиями. Наряду с уже названными основными положениями нам, в сущности, ничего не надо, кроме нескольких полированных камней круглой формы и некоторого личного опыта в области различных техник массажа — и тогда можно начинать...

Для того чтобы приобрести личный опыт, то есть испытать на собственном теле возможности и ограничения различных методов, а затем правильно их использовать, будет полезно попробовать сначала отдельные техники массажа, сделав маленькое упражнение. Если вы уже однажды (но лучше, конечно, много раз) испытали на собственном теле, какие чувства вызывает тот или иной способ массажа, тогда соответствующие импульсы, посылаемые вами в процессе массажа, будут более целенаправленными.

Маленькое подготовительное упражнение

Для того чтобы провести массаж камнями, используйте следующие движения: сначала на внутренней стороне вашего предплечья, на груди и животе или на бедре — как раз там, где вы сможете хорошо и удобно массировать себя.

Круговые движения. Передвигайте камень попеременно то мягко, то твердо круговыми движениями по коже. Почувствуйте разницу между маленькими и большими круговыми движениями, различной скоростью, а также разницу между широкими поверхностями и закругленными краями.



Круговые движения

Поглаживание. Ведите камень долгими, прямолинейными движениями по коже, при этом распределяя давление равномерно по поверхности камня. Здесь также выявляются различия посредством вариаций давления, скорости и площади наложения камня.



Поглаживание

Натягивание. Натягивание похоже на поглаживание, однако охватывает меньшую поверхность, и по отношению к направлению движения «хвост» камня загружен сильнее. Варьируйте также давление, скорость и площадь наложения камня.



Натягивание

Встряхивание. Динамическое движение камня по направлению к себе и от себя при сильном поглаживании или натягивании встряхивает мускулы и части тела. Это освобождающее движение, для которого требуется определенное давление и скорость, но оно не должно также быть слишком сильным.



Вибрирование. В этом случае камень при поглаживании или натягивании движется динамически вверх и вниз, так что большая поверхность мускулов и частей тела вибрируют. Вибрация может происходить также в течение короткого периода времени в каком-то одном месте. Попробуйте, какое давление и какая скорость будут вам приятны.



Мнущие движения. Здесь мускулы и ткани обрабатываются посредством сильных нажатий и коротких вращательных движений. Попробуйте также наименьшее нажатие и приятную «верхнюю границу».



Вдавливание. Здесь камень на короткое мгновение крепко вдавливаются в мускулатуру, движется без давления дальше и снова вдавливаются, так что возникает линия из нескольких точек нажатия. Вдавливание — это одновременно и приятная, и глубоко освобождающая техника массажа. Если вы массируете кого-то другого, то очень важно осуществлять нажатие не посредством мускульной силы, а с помощью переноса веса тела (см. главу «Основы массажа драгоценными камнями»).



Существуют, таким образом, совершенно разные возможности и варианты массажа камнями. И описанные техники еще не исчерпаны — множество идей вы можете придумать сами, используя свою фантазию и творчество. Попробуйте попеременно различные методы со своим партнером или партнершей и освойтесь с ними. Если вы развили в себе чувство этих основных методов, то вы вспомните их в нужном месте снова во время интуитивного массажа драгоценными камнями.

Постукивание. Ритмические, мягкие удары камнем по поверхности тела приводят к энергетическому воздействию. Варьируйте здесь также, экспериментируя, скорость, силу и площадь контакта.



Проведение интуитивного массажа драгоценными камнями

Для проведения интуитивного массажа драгоценными камнями сначала подготовьте камни, которые кажутся вам подходящими для массажа (больше информации об этом содержится в следующих разделах). Затем дайте возможность вашему партнеру или партнерше по массажу занять удобное положение (для тренировки иногда следует сначала помассировать спину и конечности) и настройтесь, чтобы дышать, например, в том же ритме, что и ваш партнер.

Затем предоставьте массажу просто «произойти». Посмотрите, куда вас ведет импульс. Может быть, это плечи, которым необходимо расслабление? А может быть, это больной живот или усталые ноги? Часто возникает желание «начать массаж в том или ином месте». Следуйте этому чувству или начните массаж со спины, это почти всегда оказывает хорошее воздействие.

Возьмите теперь камень, который «бросается вам в глаза», на котором останавливается ваш взгляд или вы просто видите (чувствуете, знаете), что он подойдет. Начните контакт с определенного места: положите на него свою руку с камнем на некоторое время и следуйте за движением, которое просто «происходит само по себе» или которое можно осуществить легче всего. Это могут быть легкие круговые движения, поглаживание, натягивание, встряхивание, вибрирование, мнущие движения или постукивание и тому подобное...

По сути, при интуитивном массаже драгоценными камнями приемлемо любое движение, если вы чувствуете, что оно подходит, и видите, что оно оказывает хорошее воздействие! Опыт проведения массажа драгоценными камнями, однако, показывает, что натягивающие движения чаще бывают более приятными, чем двигающие.



Массируйте теперь всю область массажа попеременно, применяя разные техники так, как они приходят вам на ум. Следите при этом за реакцией человека. Растянутые мышцы могут в течение короткого периода времени причинять боль и потребовать для расслабления определенных затрат сил, однако проявляйте время от времени заботу о релаксации и хорошем самочувствии человека.

Попеременное применение «жестких» и «мягких» техник массажа делает массаж драгоценными камнями динамичным и живым. Смена натяжения и расслабления ведет к приятному гармоничному напряжению тела, которое не порождено ни слабостью, ни натянутостью. Это уравновешенное основное напряжение является основой здорового, жизнестойкого «чувства тела».



Используйте разнообразие. Состояние, в которое мы стремимся привести пациента, соответствует состоянию кошки, подстерегающей добычу, — каждый мускул расслаблен, глубокое спокойствие, которое может длиться часами, и, все-таки, она готова к молниеносной реакции.

Кошки — учителя гибкости!

Массируйте область за областью: спину, ноги (заднюю сторону) и стопы, руки, грудь, живот, таз и ноги (переднюю сторону), а в конце массажа — голову. Такой массаж всего тела позволит вам шаг за шагом освоить искусство массажа и постепенно приблизиться к более чувствительным областям тела.

Для спины, ног и стоп чаще всего самым лучшим способом будет массаж всей поверхности сверху вниз: это расслабляет и снимает боли. Если кто-либо, однако, очень утомлен и производит впечатление ослабленного человека, то как раз противоположное направление может принести пользу (руководствуйтесь своим чутьем!). Так же обстоит дело и с руками: как правило, приятнее, когда массаж делают по направлению от плеч к кистям рук, хотя это правило не бы-

вает без исключений.

В области грудной клетки часто рекомендуются движения «вниз — наружу», которые следуют за ходом ребер. В области живота применяются скорее мягкие техники массажа по ходу часовой стрелки, так как это движение соответствует направлению толстой кишки.

В области черепа и затылка, как правило, очень приятны разглаживающие движения, на лице — мягкие круговые, мнущие или вдавливающие движения поочередно с разглаживающими движениями наружу.

Данные указания по проведению интуитивного массажа драгоценными камнями являются все-таки только опорными пунктами и возможными подстраховывающими рекомендациями, если вы впервые приступаете к массажу такого типа. Чем лучше вы освоили искусство проведения интуитивного массажа, тем в большей степени вы можете прислушиваться к своим чувствам и импульсам, даже если они не совпадают со всеми правилами.

Конечно, не всегда требуется делать массаж тела целиком. Когда вы еще учитесь, лучше начинать с малых участков. Не перетруждайтесь и массируйте столько времени, сколько вам позволяют силы, терпение и внимание. Если вы заметите, что рассеяны или напряжены, тогда заканчивайте массаж соответствующей области и затем завершайте сеанс.

Важно, однако, чтобы вы обязательно закончили массаж той области, которую начали массировать. Если вы массировали одну сторону тела, то начинайте массировать другую. Заканчивайте также всегда полностью массаж обеих ног или обеих рук. Иначе часто возникает некое чувство неуравновешенности, которое может быть неприятным и раздражающим.

Идеальным можно считать, конечно, завершение массажа в «удачный момент» (см. предыдущую главу), однако он может — тихо и негласно — уже быть известен заранее. Если вы видите, что ваш пациент или пациентка хорошо себя чувствуют, то вы прекрасно сделали ваш массаж! Как уже было описано в предыдущей главе, после завершения интуитивного массажа драгоценными камнями важно также предоставить вашему пациенту или пациентке время для отдыха и наслаждения массажем (по желанию) и осведомиться о самочувствии. И подумайте также об обмене энергией, уборке помещения и очищении камней.

Как держать камни

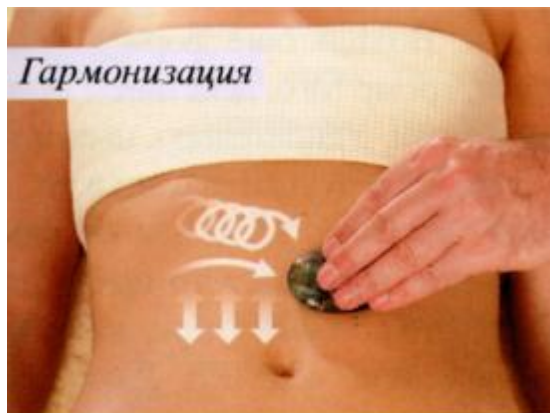
Вообще во время массажа вы должны держать камни в руках крепко, но не сжимать их судорожно. Вам следует почувствовать, что вы уверенно «набили руку» в обращении с камнем. Уверенность или неуверенность в том, как вы держите камень, передаются посредством ощущений лицу, которому вы делаете массаж! Не обращайтесь поэтому, пожалуйста, небрежно с камнями, так как «небрежно» вскоре будет восприниматься как «нерадиво». Непременно стоит один раз попробовать выполнить эти действия в форме игры со своим партнером или партнершей.

Говоря об обращении с камнями, я хотел бы подробнее рассмотреть здесь использование линзообразных камней и камней из россыпных месторождений, которые, благодаря своей форме, часто применяются в ходе интуитивного массажа драгоценными камнями. Собственно говоря, каждый камень, который обладает ровной поверхностью и не имеет слишком острых граней, может использоваться при массаже. Однако в отличие от многих «барабанных» (неравномерно отполированных круглых гладких) камней формы линзообразных камней и камней из россыпных месторождений дают нам разные возможности для применения.

Линзообразные камни и камни из россыпных месторождений — это плоские камни, отшлифованные в форме овала. При этом камни из россыпных месторождений несколько больше (около 50 x 70 мм), линзообразные камни несколько меньше (около 30 x 45 мм). Оба варианта камней слегка выпуклы и их края приятно закруглены. Как линзообразные камни, так и камни из россыпных месторождений сегодня можно найти в продаже, при этом выбор камней большого размера из россыпных месторождений несколько ограничен.

Техники массажа с использованием линзообразных камней и камней из россыпных месторождений

Гармонизация. Сильные движения плоской стороной камня (круговые и мнущие движения, натягивание или вдавливание) воздействуют на кожу гармонизирующим образом. При этом возьмите камень либо за край, либо положите на него руку, так, чтобы вы смогли вести его уверенно и менять давление на кожу.



Возбуждение. Движения по коже «узким» краем камня (там, где он закруглен в наибольшей степени) являются, скорее, возбуждающими. Даже если вы с малым давлением гладите и натягиваете кожу, делая круговые движения, этот способ массажа оказывает бодрящее воздействие. При этом держите камень в руке твердо и уверенно.



Энергетический заряд. Встряхивание и вибрирование посредством камней заряжает энергией, то есть действует еще более возбуждающе. Здесь, как правило, рекомендуется применять плоскую сторону камня, так как края иногда (не всегда) воспринимаются как слишком острые.



Успокаивающее разглаживание. Разглаживание кожи плоской стороной камня всегда является расслабляющим и успокаивающим элементом во время массажа и особенно в момент его завершения. Камень при этом держат свободнее и прикладывают с большей легкостью.



Оживляющее разглаживание. Разглаживание кожи широкой стороной камня оказывает, с одной стороны, расслабляющее, а с другой стороны, бодрящее воздействие. Оно снимает сонливость,

активизирует восприятие и является хорошим завершением массажа для того, чтобы бодрым и веселым начать новый день.

Выбор различных камней для массажа: (1) хрусталь, (2) линзообразный камень, (3) камни из россыпных месторождений, (4) шар, (5) яйцо, (6) камень в виде диска, (7) камень, имеющий форму большого пальца, (8) отколотый камень

Игра с разновидностью и формой

Делаете вы массаж линзообразными камнями, круглыми полированными камнями в виде барабана, гладкими природными камнями или другими формами камней — вы играете с формой!

Ведь камни неправильной формы имеют свои особенности, которые стоит узнать. За некоторое время вы можете составить свой собственный

набор для массажа из разных целебных камней и делать «особенный» массаж. Воздействие формы дополняется, кроме того, действием целебных камней. Удивительно, насколько по-разному ощущается один и тот же способ массажа, когда мы осуществляем его, используя то оранжевый кальцит, то розовый кварц, то горный хрусталь или содалит. Даже если все камни имеют одинаковую форму, то различия все-таки огромны: один камень вызывает зуд, другой охлаждает, третий согревает, четвертый оживляет, пятый расслабляет, шестой возбуждает, а воздействие седьмого, может быть, совершенно невозможно вынести! Эти реакции очень индивидуальны, но они отчетливо показывают, что мы весьма непосредственно воспринимаем целебную силу камней! В этом отношении типичные воздействия отдельных камней являются только указаниями на реакции, которые возникают более или менее часто. В конкретном случае это все-таки может и дать другой эффект. Попробуйте, ведь речь идет, наконец, об интуитивном массаже драгоценными камнями!

Воздействия различных камней для массажа

Агат дает приятное физическое ощущение, как будто мягко окутывает своей собственной кожей. Он способствует регенерации и поэтому очень хорошо воздействует на кожу.

Агат (в филигранном виде кружевного агата) очень благоприятен для очищения соединительной ткани, а также для сосудов и кишечника. Он дает ловкость, подвижность и душевную чуткость.

Алебастр (оранжевый) укрепляет ткани и одновременно устраняет уплотнения в мышцах. Он помогает отстраниться от суеты и дарит равновесие во время душевного смятения. Камни оранжевого цвета, кроме того, смягчают воспаление.

Амазонит — чудесный массажный камень, применяемый при болезнях суставов, вызванных различными причинами (перегрузка, ревматизм, воспаление, расстройства печени и так далее). Кроме того, амазонит уравнивает.

Аметист облегчает боль при растяжениях и помогает обрести внутренний мир. Более интенсивный массаж им может, однако, возбудить и принести печаль и тоску. По своим физическим свойствам аметист благоприятен для кожи и нервов.

Аметистовый кварц помогает при сильных растяжениях и головных болях, лечит зуд и солнечные ожоги (следует только слегка гладить и натягивать) и восстанавливает силы при хроническом переутомлении.

Антофиллит очень благоприятен для почек и ушей.

Массаж областей вокруг ушей может помочь при шуме в ушах и подобных жалобах. Помимо этого, он поможет избавиться от стресса и сберечь нервы.

Аквамарин полезен для усталых и болезненных глаз, им следует массировать область вокруг глаз. При регулярном применении он также помогает устранять косоглазие или близорукость и дальзорукость.

Арагонит (в качестве поро-| ды известен под названи-' ем «оникс-мрамор») очень благоприятно воздействует на позвоночник, межпозвоночные диски, мениск и устраняет боли в суставах. Он помогает при чрезмерных перегрузках и стремительном развитии болезни.

Авантюрин способствует рас-і слаблению и сну, помогает I при болезнях сердца, стрессе и нервозности. Кроме того, он оказывает положительное воздействие при воспалениях, солнечных ожогах и ударах, когда им массируют, мягко поглаживая.

Горный хрусталь охлаждает и освежает, оказывает освобождающее и расслабляющее воздействие, вселяя одновременно также новую жизненную силу. Он смягчает боли, раскрывает чувства, делает нас бодрыми и просветленными, восприимчивыми и сознательными.

Голубой кварц (голубой аван-I тюрин) охлаждает и успокаивает, устраняет нервозность, снижает кровяное давление и замедляет слишком частый пульс. Он помогает при хронических растяжениях и смягчает боли.

Кальцит (голубой) воздействует успокаивающе и способствует внутренней стабильности и уверенности. Он очень благоприятен для лимфы, кожи, толстой кишки, соединительных тканей, костей и зубов (следует массировать им область челюсти).

Кальцит (оранжевый) согревает, оживляет и дает потрясающие ощущения. Он очень хорошо влияет на всю область живота, а также на пищеварение, соединительные ткани, кожу, суставы и кости.

Халцедон (синий) вызывает . отток жидкостей, особенно I лимфы, и активность желез, почек и мочевого пузыря. Он понижает слишком высокое давление и делает нас открытыми и коммуникабельными.

Далматский камень (порфирит) укрепляет и восста-I навливает силы, уравнивает эмоции. Это — массажный камень, способствующий гармоничному крепкому здоровью и подвижности, стабильной нервной системе и хорошей реакции.

Думортирит приносит самообладание и легкость, как бы говоря нам: «Смотри на вещи проще!» В качестве массажного камня он полезен при болях, спазмах, головной боли, нервозности, даже при тошноте и рвоте, во время путешествия.

Соколиный глаз в кризисных ситуациях возвращает нас снова «на землю», помогает посмотреть на вещи беспристрастно и создать дистанцию, уменьшает беспокойство, нервозность, дрожь, боли и регулирует гормональную функцию.

Флюорит (многоцветный «радужный флюорит») благоприятно воздействует на кожу, ткани, кости и суставы. Он снимает боль при хронических растяжениях, делает нас подвижнее и помогает при нарушениях осанки. Флюорит возбуждает ощущения.

Гагат хорошо влияет на по-

, лость рта, пищеварение, ки-' шечник, кожу, суставы и позвоночник. Массаж лица этим камнем может устранить такое явление, как скрип зубами во сне. Массаж живота оказывает регулирующее воздействие на кишечник (также полезен при поносе).

Кварц (типа огненного опала) воздействует в качестве массажного камня «обволакивающе» и помогает предаться мечтам в минуты расслабления. В дальнейшем он успокаивает, уравнивает, делает нас более открытыми и регулирует нагрузку. Массаж им вокруг глаз делает зрение острее.

Гематит дает силу и энергию, он оживляет, снабжает кровью и согревает, активизирует и побуждает к действиям. Он способствует образованию крови и снабжению ее кислородом, укрепляя, таким, образом, жизненную силу.

Гелиотроп — это «эхинацея» среди камней. Он укрепляет защитные силы организма, снимает воспаления и помогает при начинающихся болезнях сердца. Гелиотроп помогает дистанцироваться и собраться с силами.

Яшма (красная) усиливает кровообращение и помогает в периоды слабости и усталости. Она снабжает кровью, согревает и приносит энергию. Но прежде всего красная яшма способствует храбрости и способности к самоутверждению.

Лабрадорит воздействует, с одной стороны, охлаждающе, однако, с другой стороны, помогает чувствительным к холоду людям, которых часто знобит. Он снижает кровяное давление и уменьшает ревматические боли.

Ландшафтная яшма способствует функциям переваривания и выделения (желудок, поджелудочная железа и кишечник), укрепляет селезенку и очищает соединительные ткани. Она прино-

сит постоянство и терпение.

Лазурит очень хорошо помогает при болезнях I горла всех видов, успокаивает нервы, воздействует охлаждающе, но одновременно и бодрит. Он помогает научиться верить в себя и контролировать собственную жизнь.

Ларвикит (сиенит) помогает при сильном возбуждении и делает нас трезвыми и нейтральными. Он успокаивает нервы, способствует очищению тканей, воздействует охлаждающе и снижает кровяное давление.

Яшма в виде шкуры леопарда (риолит) возбуждает переваривание и выделение и помогает при болезнях кожи и затвердении тканей. Она уравнивает активность и покой и улучшает сон. Магnezит глубоко расслабляет и помогает при спазмах и различного рода болях. Он уменьшает головную боль, мигрень, мышечную боль, тошноту, боли в желудке, позвоночнике и конечностях.

Моокаит доставляет приятные физические ощущения, так как он одновременно расслабляет и бодрит. Он делает нас мягкими и вместе с тем крепкими, способствует очищению крови и укрепляет селезенку, печень и иммунную систему.

Моховой агат вызывает, ток лимфы и очищение тканей, слизистых обот лочек и дыхательных путей. Он избавляет от внутреннего напряжения и освобождает, когда чувствуешь себя тяжело, подавленно и скованно. ;

Туманный камень (эльдарит)

очень благоприятно воздействует на кожу, он открывает поры, способствует потоотделению и связанному с ним выведению шлаков. Это очень хороший массажный камень для сауны или перед принятием ванн с целью выведения шлаков.

Обсидиан (обсидиан, покры-I тый «снежинками») помога-I ет при болях, психических и физических «зажимах», нарушениях кровоснабжения или постоянно холодных руках и ногах. Он оживляет и делает психические проявления спонтанными.

Океанский агат (океанская . яшма) натягивает ткани, спо-I собствует току лимфы, выведению шлаков и укреплению иммунной системы, уменьшает воспаления и задерживает рост кист и опухолей. Он дает мужество и надежду в жизни.

Празем помогает при болезнях мочевого пузыря, уменьшает боли, ушибы и припухлости, охлаждает, снижает температуру, а также помогает от солнечного ожога и солнечного удара (им следует мягко поглаживать!). Празем успокаивает вспыльчивых людей.

Дымчатый кварц уменьшает , боли и помогает устранить I напряжение, вызванное стрессом, особенно при головных болях, болях в затылке и позвоночнике, а также растянутых мускулах челюсти. Дымчатый кварц дает силу при длительных нагрузках.

Родонит очень благоприятно

[воздействует на мускулатуру, соединительные ткани и кровообращение. Он помогает при болезнях сердца и способствует заживлению рубцов и старых ран. Родонит побуждает отпустить, прощать и начинать сначала.

Риолит оказывает очень^благо-i приятное воздействие на кожу I и соединительную ткань, способствует выведению шлаков и поэтому уменьшает риск возникновения простудных и инфекционных заболеваний. Воздействуя на психику, риолит помогает принимать себя таким, как есть.

Розовый кварц улучшает чувствительность и физичес-| кие ощущения. Он полезен для сердца и способствует кровоснабжению тканей. Розовый кварц делает наши потребности осознанными и поэтому может оказывать на нас то расслабляющее, то возбуждающее действие.

Рубин-дистен-фуксит является редкой, но в науке о j лечении камнями — очень I ценной комбинацией трех минералов, которая помогает при параличе, ревматизме, воспалениях, заболеваниях кожи, болезнях сердца и болях в позвоночнике.

Селенит (волокнистый гипс) i

укрепляет ткани, уменьь- I шает боли, особенно при перенапряжении. Он успокаивает при возбуждении и гиперактивности именно тогда, когда у человека сдают нервы.

Септария помогает при заболеваниях кишечника и кожи, особенно повышенной кислотности желудочного сока. Он избавляет от образования затвердений и опухолей в тканях и помогает нам раскрыться.

Серпентин («китайский нефрит», или «серебряный глаз») оказывает сильное i расслабляющее

воздействие и помогает при нервозности, беспокойстве и чувстве незащитности. Он уменьшает нарушения сердечного ритма, снимает боли в почках, желудке и при менструациях. Содалит охлаждает, уменьшает чувствительность к жаре, понижает температуру и кровяное давление и помогает при болезнях горла и хрипоте. Он освобождает от того, что мешает нам в устройстве своей жизни.

Строматолит очень благоприятно воздействует на кишечник и помогает при ощущении тяжести в животе (также и при болях). Строматолит способствует обмену веществ и функции выделения и, в качестве массажного камня, укрепляет соединительные ткани и кожу.

Тигровый глаз приносит покой, когда все идет кувыр-И ком, помогает справиться с силами и понять ситуацию. Он облегчает последствия стресса, болей и помогает полностью прийти в себя. Тигровое железо превращает нас в «тигра в танке», придавая активность, динамику и энергичность. Камень способствует образованию крови, кровоснабжению и стимулирует кровообращение. Усталым людям дарит бодрость.

Турмалин помогает избавиться от внутреннего напряжения и стать ровным и нейтральным. Он облегчает боли, растяжение мышц, устраняет рубцы и помогает при нарушениях моторики, параличе и глухоте.

Окаменелое дерево укрепляет, помогает справиться с силами и почувствовать себя «в своей тарелке». Оно расслабляет и дает силы, способствует пищеварению, выведению шлаков и функции выделения. Оно

помогает при избыточном весе и недостаточном «заземлении».

Окаменелый коралл в качестве массажного камня мягким образом устраняет глубокое напряжение. Коралл также помогает справиться с социальными трудностями и влиться в общество. Все названные лечебные камни можно специально приобрести в качестве массажных камней. Особенно рекомендуются вышеназванные формы камней из россыпей или линзообразных камней, частично также так называемые «камни жизни» (олоиды), камни в виде дисков, пальчиковые камни и, конечно, круглые полированные отколотые камни («ласкающие руку»). Все эти камни вы можете использовать для интуитивного массажа драгоценными камнями.

Что такое «распутывание»?

Слово «unwinding» англо-американского происхождения, оно означает «вырывать» или «распутывать». Напряжение, блокады, сдвиги самых различных структур тела устраняются чрезвычайно мягко — наиболее исцеляющим способом. При этом все равно, идет ли речь о мускуле, сухожилии, коже, соединительной ткани, позвоночнике, зубе или о каком-нибудь внутреннем органе, таком как желудок, матка или желчный пузырь. Также, охватывая всю структуру тела, например, можно работать с центрами энергии (чакрами), группами мускулов или частями тела. Воздействие ни в коем случае не ограничивается при этом чисто физически данной частью тела. На рефлекторном уровне все зоны тела тесно связаны друг с другом. Умственное, психическое и духовное бремя и напряжение отражаются, соответственно, в «подходящих» областях тела и могут, таким образом, быть устранены. Уже само по себе сильное воздействие «распутывающей» руки массажиста или массажистки может быть дополнительно направлено и дополнительно благодаря качествам лечебных камней.

Второй план

То, что мускулы состоят из определенных волокон, которые в большей или меньшей степени находятся под напряжением, известно всем — в конце концов, мускулы облегчают наши движения. Менее известно то, что все системы и органы нашего тела окружены и пронизаны соединительной тканью с ее специальными волокнами. Эта соединительная ткань служит для того, чтобы дать органу опору, структуру, укрепить его и удерживать в определенном положении, соединить с другими областями и одновременно отграничить от них, а также защитить. Хотя кровь переносит кислород, питательные вещества и отходы от обмена веществ, но в итоге питание и очищение всех клеток происходит через соединительную ткань. Кислород и питательные вещества проникают (можно также сказать «просачиваются») из тонких кровеносных сосудов в соединительную ткань, а из нее в отдельные клетки. Двуокись углерода и отходы от обмена веществ клеток снова передаются соединительной ткани, принимаются жидкостью, находящейся в ней и наконец в качестве лимфы транспортируются в венозную кровь.

Нагрузка и отравление соединительной ткани отражаются на всем теле, так как снабжение каж-

Файл взят с сайта
www.gigabooks.ru,
на котором еще
много интересной
литературы.

Скачать бесплатно:
журналы, учебники,
художественную
литературу, детскую,
техническую,
компьютерную
и многое другое.

дой клетки возможно только через соединительную ткань.

Уже исходя из этого можно понять, что соединительная ткань не просто «наполнитель», но исполнитель многих важных функций. Волокна, из которых большей частью состоит соединительная ткань, эластичны и идут не только в одном направлении, но являются трехмерными, то есть, грубо говоря, проходят отовсюду и во всех направлениях.

Все области и органы тела пронизаны и окружены соединительной тканью. Она в значительной мере состоит из эластичных волокон. Снабжение и очищение всех клеток осуществляется через соединительную ткань.

То, что соединительная ткань реагирует на состояние близких и дальних областей тела, известно. Кто не слышал о рефлекторных зонах массажа, описанных в одной из следующих глав? По утолщениям, затвердениям, втягиванию и болезненным областям на ногах, руках, спине, лице и других местах можно узнать, какие проблемы есть со здоровьем. И не только это! Применяя соответствующий массаж, правильно выбранные лечебные камни, эфирные масла и прочие средства, посредством воздействия на рефлекторные зоны можно оказывать влияние на все тело. То же самое можно сказать и об ушных раковинах. Акупунктура уха, например, имеет большие диагностические и терапевтические возможности. Ведь ушная раковина отражает состояние всего тела!

Существуют органы, которые показывают нарушение или посредством которых лечат «издали». Они являются структурами соединительной ткани, в них отображаются все нарушения, независимо от того, физического ли они, эмоционального, умственного или духовного рода. Болезнь можно распознать по состоянию и сдвигам соединительной ткани. Если эти места лечат или массируют, то можно устранить причину болезни!

Так, например, нарушения работы внутренних органов и позвоночника можно определить по состоянию соединительной ткани на спине. Она втянута? Распухла? Обвисла? Если ее можно на спине как бы свернуть обеими руками в горизонтальный «рулон» и «катить» вверх по спине, не выпуская, то видно, что у большинства людей есть области, где это удастся с большим трудом («рулон» теряет форму). В* большинстве случаев лицо, которое мы обследуем, говорит в этих местах: «Ох, больно!» или что-то похожее. Если вы изучили зоны Хедша («рефлекторные зоны спины», см. главу «Массаж рефлекторных зон грифелями из драгоценных камней»), то вы сразу можете узнать, с каким органом проблемы. Конечно, существуют также «местные» связи с мускулами или позвоночником. При болях в позвоночнике соединительная ткань (неискушенному наблюдателю может показаться, что это кожа) спины почти всегда втянута (большей частью, при хронических недомоганиях) или распухла (чаще при острых заболеваниях).

Соединительная ткань нашего тела дает нам, с одной стороны, информацию о состоянии позвонков, мускулов, органов и так далее. С другой стороны, посредством лечения соединительной ткани, например массажем и лечебными камнями, почти на все области и органы нашего тела можно оказать благоприятное или исцеляющее воздействие.

Волокна соединительной ткани проходят, как уже было сказано, большей частью «во всех направлениях». При этом не все волокна находятся в одинаковом состоянии напряжения: одни более упругие, другие более дряблые. Это состояние нестабильно: через два часа или даже через две секунды картина может измениться. При абсолютном здоровье соединительная ткань натянута и эластичная. Если возникают проблемы — все равно, какого свойства: физического, духовного, психического или умственного, — то гибкое, натянуто-эластичное состояние соединительной ткани во всех отношениях меняется. Она становится, так же как у растянутых или парализованных мускулов, твердой или дряблой. В обоих случаях эластичность и спонтанная изменчивость теряются.

В идеальном состоянии соединительная ткань должна быть натянутой, эластичной и легко передвигаться во всех направлениях. Во время заболеваний или стрессов это состояние изменяется — соединительная ткань становится твердой или дряблой, но, во всяком случае, не эластичной. При этом способность передвигать ее в различных направлениях меняется.

■ «Распутывание»

и кранио-сакральная терапия

Во время моего обучения в области кранио-сакральной терапии я познакомился с приемом «распутывания». Описание всей кранио-сакральной терапии выходит за рамки этой книги, поэтому я ограничусь принципами, которые являются общими и для «полной» терапии, и для

«распутывания».

Кранио-сакральная терапия осуществляется без применения силы. Следует точно почувствовать, как какая-либо структура двигается или может двигаться. Это, так сказать, статус-кво, состояние здорового человека. Если есть проблемы, то это состояние более или менее неподвижно. Теперь давайте посмотрим, в каком направлении можно легче всего передвигать кожу той части тела, которую мы хотим «распутать». И именно в этом направлении мы начинаем делать движения. Это продолжается так долго, пока не начинает происходить «само собой». Затем мы ждем, будет ли получать-

ся так же или обнаружится другое, «самое легкое» направление движения. Если мы обнаружим другое направление движения, то будем ему следовать. Таким образом, то, что мы должны сделать — это изменить статус-кво, работая вместе с исследуемой частью тела, а не против нее. Таким образом, мы за взаимодействие вместо принуждения, насилия и манипуляции, так как давление порождает противодействие. Согласно-- ванная работа получается легче или даже доставляет удовольствие.

«Распутывание» действует так же, как кранио-сакральная терапия, из которой оно образовалось; это работа с телом, то есть всегда работа там, где изменение происходит легко и где оно желательно. Ведь давление и принуждение порождает противодействие и сопротивление вместо понимания, освобождения и исцеления. Поэтому оба метода могут работать только без какого-либо применения силы с наилегчайшим давлением.

Предварительные упражнения

Положите руку на спину вашего пациента, по возможности, на то место, которое не болит. Если под рукой никого нет, то положите руку на свой живот, грудную клетку или бедро. Пусть рука лежит плотно, то есть по-настоящему контактирует с кожей так, чтобы можно было ощутить тепло. Передвигайте кожу вверх и вниз. При этом обращайтесь внимание на то, двигается ли она в обоих направлениях одинаково легко и далеко. Потом двигайте кожу направо и налево, снова отмечая разницу при передвижении. Практически в каждом случае будут отмечаться различия между четырьмя направлениями.

Затем положите свою руку на другое место, лучше немного дальше, и повторите вышеуказанный эксперимент. Скорей всего, на втором месте будет наблюдаться явно другая картина. Передвижение будет, вероятно, другим, а направления покажут иной диагноз — в зависимости от того, в каком направлении движение осуществляется легче, а в каком труднее.

Теперь снова найдите направление, в котором можно передвигать кожу легче всего. Передвигайте кожу, пока она не перестанет двигаться «сама собой». Остановитесь и проверьте, начиная с этого места, в каком направлении она будет передвигаться «сама собой». Передвигайте свою руку в этом направлении до конца движения. Снова найдите самое легкое направление и следуйте по нему. В следующей, более точной инструкции этот метод будет показан еще четче.

Теперь положите руку (снова прижав ее плотно) на ваше солнечное сплетение. Проверьте способность руки передвигаться вверх, вниз, налево или направо и, если вы хотите, в смежных направлениях. Возвращайтесь снова к исходному пункту и останавливайтесь в этом месте после того, как проверите направление. Вспомните в этот момент какую-либо ситуацию в вашей жизни, когда кто-то против вашей воли распорядился

вами или, по меньшей мере, настойчиво пытался это сделать. Проверьте при этом те же самые направления еще раз. Скорей всего, вы получите другую картину.

Повторите тот же самый эксперимент, но думайте при этом о ситуации, в которой вы с успехом осуществили то, что являлось для вас важным. Вероятно, снова получится другая картина.

Если вы располагаете уже несколькими лечебными камнями, то положите один из них на солнечное сплетение. Речь в данном случае могла бы идти, например, о серпентине (серебряном глазе), царском топазе, опале, цитрине (фальшивом топазе), янтаре или аквамарине. Но чтобы просто вызвать изменения, для эксперимента, подойдет любой камень. Повторите вышеназванные эксперименты, но уже с камнем. С большой степенью вероятности снова появится другая картина. Если вы хотите, можете кратко записать результаты и сравнить их.

Каждое изменение в чувствах и ощущениях, каждое воспоминание, каждое намерение и каждая мысль тотчас же отражаются на состоянии нашей соединительной ткани. Так же мы можем сразу узнать о влиянии внешних факторов (в данном случае, камней, которые здесь представлены). Это обстоятельство мы и принимаем в расчет во время «распутывания» драгоценными камнями

ми.



Как возникло «распутывание» драгоценными камнями?

Прежде чем я приступил к моей деятельности в качестве целителя, я посещал много курсов по обучению и повышению квалификации в области диагностики и терапии. Многие действовали хорошо, например, наука о лечении камнями и кранио-сакральная терапия. Но для меня этого было мало. Я не хотел быть только гомеопатом, или только целителем камнями, или посвятить себя диагностике глазных болезней и так далее. Когда я, наконец, пришел в совершенное отчаяние, так как не мог найти свой Священный Грааль, потому что каждый метод казался мне слишком неполным, то начал в конце концов обобщать то, что я изучил. Я принялся комбинировать различные методы. Отсюда возникла и все еще возникает — по-новому в ходе каждого лечения — индивидуальная терапия.

Само собой напрашивалось, что необходимо объединить преимущества науки о лечении камнями и кранио-сакральной терапии. Результаты подтвердили успех этого эксперимента, так как здесь, как и во многих случаях, 1+1 часто составляет намного больше, чем 2!

При подходящей комбинации различных методов исцеления природными средствами их эффективность в целом может быть намного выше, чем позволяет предположить сумма отдельных техник!

Как воздействует «распутывание» драгоценными камнями?

При «распутывании» мы даем свободу имеющемуся в теле состоянию, делая как раз то, что необходимо самому телу. Ведь, как уже было сказано, «давление порождает противодействие, но вместе получается лучше». С помощью «распутывания» мы можем на продолжительное время устранять напряжение и блокады, которые оказывают влияние не только в одном месте, но также и рефлекторно на другие области тела, даже на весь наш организм и на все наше существо. Этот метод не только физический, но психический, умственный и духовный, так как все эти уровни отражены в нашем теле и могут быть излечены только с его помощью. Многие поговорки и народная мудрость отражают телесные ощущения: «чесать в затылке», «трогать до самого сердца», «живот болит», «действовать на нервы».

Я наблюдал так много невероятных случаев облегчения от физических и душевных страданий только благодаря ношению и наложению подходящих камней, что не мог больше отказаться от лечения камнями. Но как это происходит и почему только внешнее применение соответствующих камней оказывает такое волшебное воздействие?

Наше тело состоит из многих миллиардов клеток, которые возникли из одной-единственной оплодотворенной яйцеклетки. Эта яйцеклетка не просто делилась и делилась, а возникла уже как функционирующий организм с руками, ногами, глазами, ушами и так далее. Тело может бегать, есть, говорить, читать и делать многое другое. Ему необходим духовный интеллект, который управляет, организует и следит за развитием. Этот хорошо организованный союз, состоящий из миллиардов разумных клеток, обладающий своим собственным интеллектом, нуждается, конечно, в исключительных коммуникационных системах. К таковым относятся, наряду с кровеносными сосудами и нервами, также прямая клеточная коммуникация (см. главу «Массаж рефлекторных зон грифелями из драгоценных камней»), энергетические линии — меридианы и nadis, в переводе с санскрита «нервы» (см. главу «Энергетический массаж тела драгоценными камнями»), а также телепатия. В этой области коммуникации содержатся также наши эмоции и мысли! Замечали ли вы, задав кому-то вопрос, что он смотрит в определенном направлении, перед тем как ответить? Чтобы вспомнить что-то, мы начинаем искать ответ в энергетическом и ком-

муникационном поле вокруг нас, иначе, «говорим от третьего лица»! Это поле называется также аурой.

Аура имеет энергию и свое собственное качество. Вы чувствуете ее, когда сидите в автобусе и все время отклоняетесь со своего сиденья в проход, так как находитесь рядом с вашим соседом вам неприятно. Вы также ощущаете, когда близость человека вам приятна, чувствуя к нему своеобразное притяжение.

С аурой взаимодействуют многие предметы, например, так, как вы сами в названных примерах. Однако лечебный камень также может войти в резонанс с аурой: один в большей степени, другой в меньшей, в зависимости от того, насколько хорошо мы выбрали его.

Если мы положим на камень руку, с участием и желанием сгар-монизировать собственное коммуникационное поле, отдав всю силу нашего внимания и нашего «присутствия», тогда мы усилим энергию и улучшим качество этого резонанса в огромной степени. Мы усиливаем колебания, с которыми камень вступает в резонанс, и оба воздействия — моей руки и камня — накладываются друг на друга. Здесь $1 + 1$, по меньшей мере, равно 3, или даже 5!

Подготовка

К важнейшим подготовительным этапам в ходе «распутывания» относятся следующие:

1. Подготовка помещения и процедуры массажа

Здесь имеет значение все, что уже описано в главе «Основы массажа драгоценными камнями». Желательны спокойная атмосфера и ваша внутренняя готовность целиком посвятить себя лечению.

2. Положение и начало массажа

Ваше положение и положение человека, которого вы массируете, зависят от места, где вы собираетесь работать. Массируемый или массируемая будут, в большинстве случаев, лежать, так что вы сможете легко и удобно провести массаж всех областей тела. Расположение, тепло, защита и прочие характеристики должны тщательно учитываться, согласно указаниям (см. главу «Основы массажа драгоценными камнями»). Ваше собственное положение будет зависеть от того, как лежит ваш пациент, или, смотря по обстоятельствам, как он сидит. Но вам следует сидеть или стоять так, чтобы чувствовать себя свободно в течение длительного периода времени.

3. Определение области, которую следует лечить

Если положение обоих партнеров выбрано правильно, следует выбрать подходящий камень и место его применения. Для последнего существуют два варианта. ® Вы можете делать «распутывающий» массаж прямо в области, где возник недуг.

® Но вы можете также делать распутывающий массаж в прямо противоположной области. При болях в правом колене вы

можете, например, массировать левое, однако результат массажа отразится на правом. При напряжении или боли в солнечном сплетении вы можете также массировать противоположную область на спине; при головных болях — ноги и так далее.

Это возможно по многим причинам и иногда имеет смысл: с одной стороны, области тела, которые подвержены недомоганиям, часто очень чувствительны к прикосновениям. В этих местах скапливается много энергии, к тому же поврежденные ткани испытывают шок. Следует строго следить за этим, вспомните печально известное выражение — «сыпать соль на рану». Как правило, лучше приближаться к больному месту медленно, тогда застой энергии или шок могут быстрее пройти.

С другой стороны, в медицине существует понятие «согласованной реакции» — когда воздействуют на одну сторону, реагирует также другая сторона. Так, например, человек может поранить левую ступню, причем рана еще не закрылась, ступня холодная и плохо снабжается кровью. Тогда ступню помещают в удобное положение, укутывают для тепла, а правую стопу погружают в ванну с постепенно возрастающей температурой воды. При этом согревается и левая нога, снабжение ее кровью улучшается. Другой пример: правая рука в гипсе, которая чешется и чешется, но почесать ее никак не удается.

Однако если почесать левую руку, то зуд утихнет и в правой руке. Поэтому дадим важный совет по выполнению массажа:

Если ваша рука медленно приближается к больному или сильно растянутому месту, тогда очень внимательно следите за происходящим! (Но и в дальнейшем, конечно, тоже делайте это!) На-

блюдайте за выражением лица и дыханием человека, которому вы делаете массаж. Напрягается или искажается лицо, когда вы приближаетесь к больному месту? Тогда лучше массируйте соответствующую область напротив! Напрягается дыхание, оно становится поверхностным, сдавленным или даже задерживается? Тогда лучше массируйте напротив! Вы чувствуете, что ваша рука встречает отталкивание, своего рода магнетическое сопротивление? Лучше массируйте напротив! Ваша рука сама собой скользит к нужному месту, лицо и дыхание пациента расслабляются, появляется даже улыбка (у нее/него или у вас)? Тогда вы как раз на верном пути! Давайте приступим к массажу!

Еще один аспект этой проблемы заключается в том, что боли не всегда появляются там, где возникает болезнь! Вот пример из моей практики: некто приходит ко мне с жалобами на боль в колене. Я устанавливаю, что у него неправильное положение таза из-за вывиха таза, а мускулы бедра растянуты.

Часто боли в бедре ощущаются в колене. Я нахожу дальнейшие нарушения в поясничном и шейном отделах позвоночника. Согласно данным осмотра, я сразу же смотрю на челюсть. В 99% имеют место ее растяжения или сдвиги, часто наблюдается неправильный прикус. Таким образом, я начинаю лечение с суставов и мускулов челюсти, и только позднее, если это вообще потребуется, перехожу к колену. Из этого следует, что самое лучшее место для массажа может находиться весьма далеко от больного места, и наоборот. Однако как можно это определить?

Для этого существуют различные приемы:

® Дайте волю своей интуиции! У вас есть намерение помочь, так спросите себя: какое место притягивает ваше внимание и вашу руку? Интуиция, мгновенный импульс, телепатическое восприятие и общение, светлые чувства — это совершенно естественные способности, которые есть у каждого, и у вас также! Просто верьте в свои возможности! Что может случиться, если вы что-то сделаете неправильно? Вы ведь не применяете силу, не имеете дело с экстраординарным случаем, а «распутывающий» массаж драгоценными камнями всегда и везде оказывает хорошее воздействие. Может быть, это не относится к тем местам, где ваш клиент или клиентка, как уже было описано выше, имеет растяжение, когда вы приближаетесь во время массажа к больному месту или прикасаетесь к нему. Начните именно с того места, которое «притягивает» вашу руку, и позвольте ей вести вас за собой.

® Советую также спросить о взаимосвязях: например, при каких обстоятельствах боли усиливаются или утихают, откуда они берут начало и куда направлено их действие. Если ответ звучит так: «Головная боль возникает в затылке. Она сильнее всего после того, как я некоторое время читаю или работаю за письменным столом...», тогда стоит попробовать направить руку к затылку или сделать что-то еще.

III Возможно, вы хорошо разбираетесь во взаимосвязях, без вопросов все видите, и ваша рука сама идет туда, где, как вы знаете или предполагаете, находится «ключ» к излечению.

® Вы можете нежно прикоснуться (лучше всего той вашей рукой, которой вы не пишете) к больному месту, продолжая той рукой, которой вы пишете, медленно делать массаж всего тела. Обязательно найдется место, где вы неосознанно задержитесь или остановитесь. Именно здесь и массируйте!

III Следующая возможность — это кинесиологические или биолокационные тесты (маятник или лоза в руке), если вы умеете их проводить. Комбинации из вышеназванных возможностей, конечно, также подойдут. Если вы таким образом нашли и лечили центральный очаг болезни, то и больное место также вполне можно массировать методом «распутывания». Однако этот метод должен подходить вам и вашему пациенту. Если он больше не нужен, то вы оба не будете чувствовать в нем потребности. Но бывает и так, что под вашими руками находятся люди, жадные до наслаждений, которые никогда не бывают удовлетворены...

4. Как найти подходящий камень

Для этого также существует бесконечно много хороших возможностей:

® Руководствуйтесь импульсом и возьмите любой камень, не раздумывая.

® Следуйте своей интуиции! Посмотрите на камни: какой из них свидетельствует в пользу массажа? Может возникнуть чувство притяжения; может показаться, что камень как будто светится; может возникнуть своего рода уверенность («это именно то, что мне нужно!») или многое другое. Интуиция — это ваш природный дар!

® Позвольте своему телу или телу вашего клиента/клиентки сделать выбор. Для этого пред-

ставьте, чего необходимо достигнуть при массаже, затем закройте глаза и проведите рукой по камням. Там, где ваша рука задержится, или в том месте, где что-то ее притягивает, находится лучший камень.

® Выбирайте камни для массажа, руководствуясь советами хорошей книги.

® Найдите соответствующий камень, используя лозу в одной руке или маятник. Подробнее об этом в книге «Исцеления без границ» (издательство AT-Verlag) или на семинарах Школ Жизни Керн Элен (русскоязычный читатель может подробнее узнать о биолокации по книге Г. Г. Карасева и О. А. Красавина «Биолокация в повседневной жизни». — Прим. ред.).

® Посмотрите в списках (в конце этой и других глав), какой камень годится для ваших целей. Возможно, вам придет в голову что-то еще...

Проведение массажа

Итак, условия, данные в главе «Основы массажа драгоценными камнями», выполнены, и больше нет такого состояния, которое врач или целитель должны обследовать и лечить. Пациент/пациентка и вы сами заняли нужное положение, выбранный камень находится в вашей руке — теперь можно начать «распутывающий» массаж драгоценными камнями.

Положите камень на место, которое следует массировать методом «распутывания». Если он еще очень холодный, то немного согреть его заранее своими руками или дыханием. Поддержите свою «пишущую» руку на расстоянии 15-20 см над выбранным местом. Сконцентрируйте свое внимание на поверхности ладони, на своем намерении делать добро, а также на человеке, которому вы будете делать массаж, и особенно на месте, которое вы будете массировать методом «распутывания». Медленно приблизьте руку. Если вы ощущаете сопротивление или клиент/клиентка напрягаются, проверьте еще раз, правильно ли выбрано место.



Приближение руки



Плотное прикладывание руки

Если вы ощущаете возрастающее тепло, притяжение, симпатию, радость, силу (даже некоторых из этих ощущений достаточно, все они не должны появиться одновременно), тогда продолжайте приближать руку, пока она не коснется поверхности тела. Приложите руку плотно; это не означает, что вы стремитесь к обмену энергией, что-то «отсасываете» или «откачиваете»! Это означает, что вы истинно и глубоко ~ вступаете в контакт, по-настоящему прикасаетесь, всей душой и телом здесь и все воспринимаете.

Если вам трудно вжиться в мир ощущений другого человека, по-настоящему вступить с ним в контакт и быть восприимчивым, то вы можете в течение нескольких минут настроиться на его/ее ритм дыхания. Наблюдайте за его/ее дыханием и дышите в таком же ритме. Через несколько минут, но не позднее, возвращайтесь к своему собственному ритму дыхания.

Если вы уже имеете некоторый опыт, то можете «перескочить» через этот раздел. Теперь передвигайте кожу (подкожная соединительная ткань также автоматически сдвинется) своей плотно

приложенной рукой в различных направлениях. Выберите направление, в котором кожа сдвигается легче всего. Затем передвигайте кожу в этом направлении без применения силы, то есть очень нежно, пока этот процесс не пойдет сам собой. В этом месте задержитесь и снова очень нежно продолжайте передвигать кожу в различных направлениях. Снова выберите направление, в котором передвижение кожи осуществляется легче всего, и снова очень нежно передвигайте руку, пока все не получится как бы само собой. Поглядите, куда «потянет» вашу руку, и передвигайте ее в этом направлении. Руководствуйтесь и дальше импульсом от движения кожи и соединительной ткани.

Вы можете почувствовать, как кожа будет двигаться или движется под вашей рукой. Вы не совершаете и не изобретаете это движение, а ощущаете его и очень нежно помогаете своей рукой. То, что вы следуете движению кожи, скорее чувство, чем совершение движения.

Распутывающее движение не «совершается», скорее, мы руководствуемся импульсом движения, который ощущается в соединительной ткани.

Эти движения могут быть медленными или очень быстрыми и спонтанными. Практически они всегда имеют более или менее длинные паузы, во время которых не происходит никакого движения. Эти движения могут длиться секунды или минуты — то время, в течение которого на месте, а также в более дальних, связанных с ним областях перерабатываются изменения, достигнутые с помощью «распутывающего» массажа. После этой переработки движение снова возобновляется похожим образом или совсем по-другому. Вы следуете импульсу движения, опять же, без применения силы.



Движения руки



Движения ткани, которым вы скорее следуете, чем их совершаете, могут быть медленными или быстрыми, их направление может часто или редко меняться. Все хорошо так, как оно есть. Фазы без движения — это усвоение того, что вы уже сделали посредством «распутывающего» массажа. Подождите, пока движение снова возобновится само собой, и не нарушайте состояния покоя.

Если вы уже чуть-чуть знакомы с «распутывающим» массажем, то в некоторых случаях может возникнуть почти непреодолимое влечение продолжить движение, прилагая некоторую силу, в

определенном направлении. Тогда вы можете следовать этому влечению. Будьте в этот момент особенно бдительны и следите, напрягается ли лицо, тело или дыхание пациента. Если это так — лучше прекратите массаж. То же правило действует, когда вы сами явно напрягаетесь во время движения, позы или дыхания. В этом случае возобновите передвижение ткани, слегка используя силу.

Если движение в течение длительного времени совершается монотонно по заданному образцу, значит, вы двигаетесь по определенной схеме. В этом месте, вероятно, само по себе ничего не меняется. Поэтому вы можете изменить схему, намеренно передвигая ткань выборочно и нежно, но последовательно в другом направлении, где вы задерживаетесь на короткое время, а затем продолжаете делать массаж так, как раньше.

Продолжительность «распутывающего» массажа может быть различной: иногда 2 минуты, иногда час или как всегда. Если вы ощутите, что тело (или часть тела) становится свободнее, что человек, которого вы массируете, приобретает расслабленное, может быть, даже счастливое выражение лица, что дыхание становится совершенно свободным и выпускается один или несколько глубоко освобождающих вздохов, значит, вы получаете обратную связь. Если она становится все более явной, тогда вы можете прекратить массаж. Это возможные критерии для «удачного момента», в который лучше всего прекратить массаж. Подождите следующей остановки движения. (Если установить, что подходящий момент для прекращения массажа наступил, и дожидаться следующей остановки движения, то она часто происходит очень быстро.)

Оставайтесь целиком и полностью сосредоточенным на массаже и в нужной позе. Если движение начнется снова, следите за ним, медленно и осторожно начиная освобождать свою руку.

Если есть сигналы «удачного момента», подходящего для прекращения массажа, то подождите следующей остановки движения. Если движение начнется снова, продолжайте его некоторое время, а потом нежно и медленно освободите свою руку.

Оставайтесь спокойно и целиком «здесь», в прежней позе, рядом с вашим пациентом/пациенткой. Предоставьте им пространство и защиту, чтобы он/она могли чувствовать себя свободно.

Если он/она через несколько минут еще ничего не говорят сами, не двигаются, потягиваются от удовольствия или делают что-то еще, то вы можете тихо и осторожно спросить, каково его/ее настроение и как он/она себя чувствует. Сначала просто послушайте, что будет сказано. Давайте краткие подтверждения, что вы душой «здесь» и все понимаете, но комментировать или давать оценку сначала не стоит. На втором этапе, когда все самое главное сказано, вы можете обмениваться своими впечатлениями и опытом.

Может также случиться, что вы, вместо того чтобы закончить «распутывающий» массаж, захотите продолжить его в каком-либо другом

месте. Спокойно руководствуйтесь этим импульсом. Если одновременно возникает желание применить новый камень, то следуйте также и этому импульсу. Кроме того, во время «распутывающего» массажа одного и того же места может возникнуть потребность поменять камень.

Следуйте также и этому импульсу! При этом всегда обращайтесь внимание на характерные признаки: нужно ли это или нет. В последнем случае верните на место камень, приятный пациенту.

Дал ьпейшие указания

Нельзя ни установить, ни ограничить частоту случаев, когда следует применять «распутывающий» массаж. Если вы не «откачиваете» и не «закачиваете» ни энергию, ни эмоции, ни что-либо еще, а придерживаетесь указаний, следуя движению ткани без применения силы и не навязывая никакого движения, то вы не сможете сделать слишком много или слишком мало, ничего воистину неправильного. Сделать «распутывающий» массаж один-единственный раз — лучше, чем не сделать его ни разу. А когда массажа будет слишком много, вы поймете это по уже описанным сигналам. Затем мягко заканчивайте массаж. Если раньше во время массажа было хорошее чувство, а сейчас оно исчезло, то, вероятно, сеанс длился чересчур долго. Тогда спросите пациента, как он себя чувствовал, когда было хорошо. Воспоминание об «удачном моменте» снова приводит все в порядок.

С помощью «распутывающего» массажа мы можем лечить не только подкожную соединительную ткань, но и глубоко расположенные ткани и органы, а также расслаблять и освобождать позвонки и суставы. Даже закоренелые недуги, как правило, можно значительно облегчить за считанные минуты.

Если вы, например, хотели бы сделать «распутывающий» массаж глубоко расположенного органа, такого как матка (например, при болезненных менструациях), то начинайте «распутывающий» массаж сначала, как обычно, в соответствующей области (наверху лобковой кости). Когда массаж наладится, вы можете слегка (!) усилить давление и установить более глубокий контакт. Почувствуйте ткани в глубине физически или интуитивно. Вы ощутите, что ваши движения изменятся, когда вы достигнете более глубоких областей. В нашем примере это будет сначала мочевого пузыря (надеюсь, что ваша пациентка до процедуры была в туалете), и когда вы будете массировать еще глубже, то обнаружите матку. Теперь продолжайте «распутывающий»

массаж, как уже было описано, пока вы не почувствуете устранение, освобождение и облегчение болей. Еще одна возможность «распутывающего» массажа — делать его в противоположном направлении, в данном случае, в области крестца.

«Распутывающий» массаж позвонков

Суставы, позвонки и прочие твердые структуры, такие как кости и череп, также можно массировать методом «распутывания». Кроме первого шейного позвонка, который следует лечить только у опытных специалистов, все позвонки, благодаря их отросткам в виде шипов, в середине спины и затылка можно легко достать и ощупать руками. В данном случае мы кладем камень (или, в зависимости от импульса, камни) вблизи, рядом, над или под шиловидным отростком. Шиловидные отростки мы ощущаем как маленькие твердые наросты на линии позвоночника. Положите один палец руки (как правило, большой или указательный), которой вы пишете, сзади на шиловидный отросток позвонка, который вы выбрали для «распутывающего» массажа. Делайте теперь так, как было описано в общей инструкции по «распутывающему» массажу, то есть следуйте движению ткани. Если вы еще не знаете, как делать распутывающий массаж, то вам следует познакомиться с предварительными упражнениями и «распутывающим» массажем кожи и подкожной ткани — и только после этого начинайте делать массаж позвонков. Если вы будете действовать осторожно, то сможете попробовать на позвонках различные направления массажа. В каком направлении шиловидный отросток двигается легче всего? Плавно следуйте этому направлению, пока массаж не пойдет сам собой, затем снова попробуйте плавно массировать там, где ткань двигается легче всего, и так далее. Как вариант, вы можете зажать шиловидный отросток между большим и указательным пальцами, но это возможно только у людей, у которых они явно выступают наружу.

Таким образом, по существу, все области тела, расположенные на поверхности или глубже, могут быть расслаблены и избавлены от болей посредством «распутывающего» массажа. Возможности «распутывающего» массажа почти безграничны, особенно, если мы еще принимаем во внимание рефлекторные воздействия на другие области.

Следующий прием «распутывающего» массажа драгоценными камнями — захватывать камень между большим и указательным пальцами

или между большим, указательным и средним пальцами и прямо накладывать его, то есть осуществлять контакт не рукой, а только камнем. Благодаря этому вы почувствуете движения и также выполните их с помощью камня. Это очень хорошо достигается тренировками. Тем, кто делает первые шаги в области «распутывающего» массажа, я бы этого не рекомендовал.

Какое воздействие оказывает «распутывающий» массаж драгоценными камнями?

«Распутывающий» массаж — это мягкое, действенное, чудесное и целостное лечение, которое оказывает одинаковое влияние на всех уровнях. Напряжение в мускулах и соединительной ткани свидетельствует о физических, психических, умственных или духовных стрессах, которые при отсутствии лечения могут привести к очевидным недугам. Рефлекторно все мускулы и вся соединительная ткань многократно связаны друг с другом и с органами, позвонками, костями.

Если мы воздействуем пос-

редством «распутывающего» массажа на что-то одно, то это отражается на и многом другом.

Благодаря гармонизации, снятию напряжения и зажимов в мускулах и соединительной ткани, мы расслабляем органы, облегчаем снабжение и очищение ткани и благотворно воздействуем на рефлекторно связанные области. Эмоциональные, умственные и духовные стрессы и зажимы, которые проявляются на физическом уровне, также могут исчезнуть.

Словацкий хирург и исследователь воды Иван Энглер из Братиславы говорит по этому поводу: «Функцию человеческой соединительной ткани и особенно водного межклеточного вещества

можно сравнить с грунтовой водой». В том же духе высказывается североамериканский естествоиспытатель и исследователь соединительной ткани Джим Ошман: «Соединительная ткань является энергетической коммуникационной системой, которая информирует, организует, дает энергию и, интегрируясь, реагирует как единое целое, когда необходимо переработать какое-либо повреждение».

Таким образом, соединительная ткань — «грунтовая вода» и «питательная почва» нашего здоровья. Это подтверждается самым благоприятным образом с помощью «распутывающего» массажа, так как мы можем фактически самыми простыми и нежными движениями исцелить и оживить все тело!

Какие камни с какой целью применяются?

По существу, каждый целебный камень практически всегда может применяться в «распутывающем» массаже, однако давайте принимать во внимание индивидуальные, неповторимые характеристики.

Лечебные камни, оказывающие успокаивающее и расслабляющее воздействие

Аметист. Очень благоприятно воздействует при растяжениях, вздутиях, головных болях, болях в

целом, нарушениях работы кишечника и повреждениях кожи. Хороший камень для медитации, полезен при стрессе и разбросанности мыслей, улучшает концентрацию внимания и снижает неуправляемые влечения.

Доломит. Помогает при растяжениях мускулов, судорогах, мышечной боли, повышенной кислотности желудочного сока. Способствует исполнению желаний и развитию собственных способностей.

Магnezит. Особенно хорошо воздействует на мускулы, желудок и сердце, помогает при судорогах,

головных болях, повышенной кислотности желудочного сока и артериосклерозе. Способствует сдержанности, терпению и способности принимать и любить самих себя и других такими, какие мы есть.

Серпентин благородный («китайский нефрит»).

Хорошо воздействует на солнечное сплетение, почки и нижнюю часть живота (например, при болезненных менструациях и судорогах). Применяется при чрезмерных нагрузках, стрессах, нарушениях сердечного ритма и повышенной кислотности желудочного сока. Выравнивает настроение и расслабляет.

Серпентин («серебряный | глаз»). Оказывает такое же воздействие, как и благород-

ный серпентин, однако на первом плане стоит аспект защиты: защита и мир!

Лечебные камни, способствующие движениям

Аквамарин. Благоприятно

; воздействует на глаза, помогает улучшить зрение,

хорошо вырабатывает слезоточивое вещество, полезен при сухости глаз. Применяется для лечения горла, щитовидной железы, гормональных желез, аллергических реакций, желчекаменной болезни и при застое желчи. Помогает достигать своих целей.

Горный хрусталь. Способствует просветлению, самопознанию и самоутверждению. Улучшает лимфоток, работу нервной системы, усиливает поток информации и энергии.

Голубой халцедон. Хорошо воздействует на все, что должно течь: лимфу, мочу, а также процесс общения и учебы. Полезен для горла, почек, мочевого пузыря, а также всех органов, где есть застойные явления, охлаждает.

Розовый халцедон. Действует так же, как голубой халцедон, однако в первую очередь способствует симпатии и сердечной теплоте.

Благородный опал. Дает легкость, радость жизни, игру и удовольствие. На физическом уровне способствует течению лимфы.

Хризопал. Имеет дополнительный обеззараживающий эффект, приносит вдохновение и улучшает общественную жизнь.

Розовый опал. Способствует сердечной теплоте и дружбе и в физическом отношении хорошо воздействует на сердце.

Турмалин. Способствует активности нервов, потоку энергии и общению, поэтому благоприятно воздействует на заживление рубцов. Зеленый турмалин способствует, кроме того, обеззараживанию, регенерации и дает

' надежду. Красный турмалин возбуждает нервы, половые органы и очищает кровь. Черный турмалин способствует

нейтральности и сдержанности, помогает при облучении и восстанавливает нервную систему.

Голубой турмалин помо-

гает от волдырей и скоплений жидкости, даже если они инкапсулированы. Арбузный турмалин — это лучший камень для восстановления нервной

системы, а также излечения паралича и глухоты.

Лечебные камни, применяемые при ранах и болях

Кунцит. Уменьшает боль в нервах, ишиас и скрежет зубов во сне. Способствует самоотдаче и смирению.

Обсидиан (дымчатый).

Применяется при шоке, болях, растяжениях, ранах, спазмах сосудов и «зажимах» в потоке энергии. Согревает и помогает при глубоких душевных переживаниях.

Родонит. Оказывает хорошее воздействие при физических повреждениях и психических расстройствах,

а также при незаживающих ранах. Он способствует заживлению ран и останавливает кровотечения всех видов (но, пожалуйста, не кладите камень в открытую рану и не делайте в этом случае «распутывающий» массаж — массировать следует с противоположной стороны!).

Сугилит. Помогает при любых болях (даже при зубной боли) и нервных расстройствах. Делает

нас последовательными и устраняет недостойные компромиссы в жизни, помогает оставаться верным самим себе.

Лечебные камни di-'i ri'/xliui

и серпик"iitt•,■<> /цент

Гелиотроп. Помогает при острых сердечных болях, способствует защите, постановке ограничений, укреплению иммунитета

и очищению кровеносных сосудов. Можно использовать его везде, где возникает заражение.

Магнезит. Благоприятно воздействует на мускулы, также на мускулы сердца, способствует расшире-

нию и расслаблению венозных сосудов сердца и поэтому подходит для профилактики инфаркта (однако не заменяет помощи врача или целителя!).

Морганит. Помогает при

заболеваниях сердца и

нервной системы, обус-

ловленных стрессом и сомнением, а также сексуальными расстройствами. Устраняет психологическое давление, вызванное чрезмерными требованиями на работе!

Розовый опал. Легкость, радость жизни, сердечная теплота и дружба. Помогает также при неврозах сердца.

Розовый кварц. Помогает при нарушениях сердечного ритма и способствует

кровообращению. Хорошо воздействует на сердце и нижнюю часть живота, развивает способность вживаться в мир чувств других людей, делает человека нежным, но решительным!

Лечебные камни д/я сстшыюсти и нижней части жинота

Огненный опал. Пробуждает сексуальность, способствует укреплению либидо, потенции, силе, теплу и кровообращению.

Но приносит с собой также беззаботность, радость жизни, импульсивность.

Лунный камень. Способствует гормональному равновесию, особенно женских половых органов, сердца и нижней части живота. Помогает оплодотворению, обретению интуиции, прозорливости и нейтральности.

Розовый кварц. Хорошо воздействует на сердце и нижнюю часть живота, способствует плодотворности, укрепляет половые органы и дает нежные, открытые, глубоко личные сексуальные

ощущения.

Рубин. Приносит страсть, радость жизни, храбрость и мужество. Помогает добиваться выполнения желаний. В соединении с цойзитом хорошо воздействует на мужские половые органы и плодovitость.

Серпентин благородный («китайский нефрит»).

Помогает при спазмах во время менструаций и аноргазмии, вызванных внутренним напряжением.

Тулит. Вызывает желание — желание жить, быть сексуальным, совершать поступки и бросать вызов. Способствует регенерации и кровоснабжению половых органов, а также плодovitости.

Лечебные камни для межпозвоночных дисков, мениска, костей и суставов

Апатит. Способствует более быстрому заживлению сломанных костей, укрепляет и регенерирует кости

и хрящи. Возбуждает аппетит и дает новые стимулы, целеустремленность, открытость, а также радость общения.

Арагонит / Кальцит полоса-

• тый. Коричневый и светлый

камни вызывают регенера-

цию межпозвоночных дисков. Желтый и светлый камни излечивают проблемы с мениском.

Янтарь. Благоприятно

) воздействует на суставы, способствует образова-

нию хрящей. Способствует теплоте, защищенности и легкому достижению намерений. Облегчает прорезывание зубов у маленьких детей.

Кальцит. Возбуждает обмен веществ, ускоряет развитие и способствует

росту, особенно костей. Приносит стабильность, доверие самому себе и стойкость.

Диоптаз. При повреждении мениска камень следует носить на пече-

ни, кроме того, непременно носить арагонит (желтый и светлый) на лентах на мениске. Все без исключения пациенты с повреждениями мениска в моей практике полностью исцелялись с помощью этих средств без операции, даже с запущенными случаями!

Согревающие лечебные камни,

а также камни,

способствующие приливу энергии

и кровоснабжению

Огненный опал, обсидиан и тулит: см.

выше.

Гранат красный. Для восстановления после тяжелых кризисов (физических, психических, умственных

и духовных) я охотнее всего работаю с пиропом. Камень способствует обмену веществ, кровоснабжению и теплу. Исключительное воздействие оказывает при слабом мочевом пузыре и его воспалении.

Родохрозит. Возбуждает кровообращение и кровоснабжение (не применять при повышенном кровяном давлении!). Приводит в движение энергию, мобилизуя, однако, резервы, которые еще не полностью использованы! Возбуждает все, даже почки и половые железы. Способствует энтузиазму и положительному отношению к жизни.

Рубин. Возбуждает кровообращение, прилив энергии, кровоснабжение и тепло (см. выше).

Лечебные камни, способствующие обеззараживанию и регенерации

Хризопраз. Оказывает сильное обезза-

раживающее воздействие после контактов с тяжелыми металлами, медикаментами и так далее.

Способе-

тствует духовному очищению, кроме того, излечивает от кошмаров. Помогает поверить в себя.

Диоптаз. Укрепляет печень, глаза, меж-

позвоночные диски и мениск (см. выше). Приносит внутреннее и внешнее

богатство, красоту, изобилие. Изумруд. Хорошо влияет на печень,

сердце, придаточные пазухи носа и дыхательные пути. Помогает улучшить зрение, способствует об-

ретению смысла жизни.

Турмалин зеленый и серпентин благородный: см. выше.

Лечебные камни для желудка и кишечника

Аметист. Помогает при заболеваниях

дыхательных путей, легких, кишечника и кожи. Снижает стресс, останавливает навязчивые мысли.

Янтарь. Помогает при заболеваниях слизистых оболочек, тошноте, болях

в животе, недомоганиях в органах верхней части живота и нарушениях пищеварения. Хорошо влияет на солнечное сплетение, делая нас беззаботными.

Думортирит. Помогает при тошноте, рвоте и судорогах. Этот камень означает: «смотри на вещи проще»,

что особенно ценно при сильном напряжении и судорогах, возникших по причинам, о которых пациент не хочет рассказывать.

Моховой агат розовый.

Способствует очищению и регенерации кишечника.

Океанский агат (океанская яшма). Помогает при запорах и всех застойных явлениях. Морально под-

держивает при доброкачественных и злокачественных опухолях.

Что такое энергетическое поле?

При энергетическом массаже лечению подвергается не только физическое тело, но, через энергетическое и коммуникационное поле, и весь человек. Хотя массаж осуществляется путем очень нежных прикосновений, его целью является гармонизация и насыщение энергией энергетического поля, окружающего тело и проникающего в него. Это энергетическое поле называется также эфирным телом, энергетической аурой, «полем сна» или энергетическим полем.

Это энергетическое поле возникает благодаря коммуникации между нашими клетками, тканями и органами, а также между организмом, психикой, разумом и духом. Каждая клетка, если рассматривать ее отдельно, является автономным живым существом со своим собственным сознанием. Наконец, каждая клетка регулирует дыхание, обмен веществ, регенерацию и даже размножение. Только представьте себе, что случилось бы, если бы вам нужно было постоянно давать соответствующие указания нескольким миллиардам клеток! Поэтому все-таки лучше, если они выполняют свои обязанности сами, не так ли? В этом отношении каждая клетка обладает сознанием, испытывает стремления, впечатления, боль, активность и расслабление. Как несколько клеток объединяются в одну ткань, а затем в следующее по величине «единство», так и все органы составляют организм.

Во время энергетического массажа тела мы исходим из того, что каждая клетка, каждая ткань, каждый орган и наш организм, как единое целое, уже обладают своим собственным сознанием. Наше тело и каждая область в нем точно знают, что им нужно, а что — нет, что приносит пользу, а что — вред. Тело обладает своим собственным разумом!

Почему, в таком случае, мы болеем? Ответ простой: потому что мы редко прислушиваемся к своему собственному телу! Наше тело сигнализирует, что сыто, а мы продолжаем есть, потому что вкусно (или потому, что мы знаем — тарелку надо оставлять пустой!). Наше тело говорит нам, что устало, но мы продолжаем бодрствовать и щелкаем пультом телевизора, надеясь посмотреть что-то стоящее. Наше тело сигнализирует о жажде, однако вместо воды мы употребляем напитки (кофе, лимонад и прочее), которые еще больше возбуждают жажду... Этот список можно, по желанию, продолжить. Таким образом, здоровье совершенно не зависит от нашего тела, его создаем мы сами! Наше тело день за днем покрывает многие наши «грехи». И оно может это сделать, потому что обладает исключительным талантом самоорганизации!

Организация возможна только вместе с коммуникацией! Необходимо сообщать о потребностях, передавать приказы дальше, требовать необходимое, управлять результатами, координировать процессы и контролировать

планирование. Такая организация возможна только благодаря быстрому и целенаправленному пониманию — и не зря «организация» нашего тела обладает миллиардами «сотрудников»! Коммуникационных путей, нервов, кровеносных и лимфатических потоков для этого недостаточно.

В нашем организме существуют также энергетические коммуникационные пути (меридианы, биофотоны) и даже телепатия (чтение мыслей). Последние ~ не ограничиваются нашим телом, наоборот, с их помощью мы ощущаем, как чувствует себя другой человек, даже когда он ничего не говорит. Они заставляют нас сомневаться, когда появляется какая-либо угроза, или радоваться, когда кто-нибудь думает о нас с любовью. Большая часть самоорганизации нашего тела осуществляется на этом уровне, поэтому мысли и эмоции воздействуют на него также прямо и непосредственно. И не только это: координация тела, души, разума и духа также осуществляется подобным образом.

Энергетическое поле — это не что иное, как сумма всех энергетических соединений и всех коммуникационных процессов в нашем теле и вокруг него. Постоянный обмен информацией и энергией через эти соединения и коммуникационные пути просто жизненно необходим. Поэтому эта коммуникационная и энергетическая область называется «энергетическим полем» (латинское слово *vita* означает «жизнь, жизненная сила»). Это — поле, которое сохраняет жизнь тела.

Можно ли ощутить энергетическое поле?

Если мы посмотрим на нашу кожу (например, руки) сверху, то ощутим вокруг нашего тела тонкое поле, похожее на блеск воздуха над раскаленной улицей в течение дня, а в сумерках часто — на тонкую белую оболочку. Это наше энергетическое поле, которое на несколько сантиметров шире, чем физическое тело. Мы можем также очень хорошо его ощутить, нежно и чутко передвигая руку назад и вперед на расстоянии нескольких сантиметров от кожи другого человека. При этом мы можем ощущать слабые изменения температуры, теплые и горячие или прохладные и даже холодные области, которые, как правило, явно отличаются от температуры кожи! Если мы осторожно приблизим руку к коже, то энергетическое поле станет так же заметно, как и магнитное поле — это легкое сопротивление, которое, как пружина, отводит нашу руку назад. Люди, которые боятся щекотки, иногда реагируют уже на это прикосновение к энергетическому полю невольным смехом, нежно и чутко, а не только при непосредственном контакте с кожей! С помощью звячущей вилки или звячущего шара вы можете даже сделать энергетическое поле «слышимым». Звучание раскачивающейся вилки или шара изменяются, когда вы попадаете в область энергетического поля, выходите из нее или передвигаетесь внутри ее.

Попробуйте как-нибудь сами ощутить энергетическое поле у себя или какого-то другого человека. Посмотрите (лучше всего в сумерках) на кожу «сверху», проведите рукой на расстоянии нескольких сантиметров от тела или проверьте, как изменяется звучание звячущих вилки или шара. Немного потренировавшись, вы сможете воспринимать много различных нюансов.

Люди, способные видеть ауру, описывают энергетическое поле как светлое, белое или иногда слегка желтоватое поле, которое окутывает тело, выступая на 2-10 см. Часто в этом поле можно увидеть более светлые и более темные области (в темных областях иногда кажется, что поле совсем исчезло), протяженность поля за границами тела также не всегда равномерна. При этом светлые места отражают богатые энергией области, темные места, соответственно, — области, бедные энергией, что часто как раз

соответствует внутреннему состоянию определенных зон тела.

При более развитой способности видеть ауру можно распознать в энергетическом поле еще более тонкие структуры: многочисленные тончайшие маленькие каналы, которые проходят по направлению изнутри наружу и при этом слегка открываются в форме воронки. Эти маленькие каналы называются, согласно традиции древних Вед, также *nadis* (в переводе с санскрита *nadi* — «нерв», «энергетический путь»). Они представляют собой пункты обмена энергией с окружающей средой. Кроме того, во всем энергетическом поле можно обнаружить мягко бурлящий поток незаметно мерцающей и слегка сверкающей энергии, лучше всего его сравнить с бурлящей поверхностью воды или атмосферными облаками в газовой оболочке планеты Юпитер. Бесчисленные маленькие клубы, крутящиеся направо и налево, окутывают наше тело. При этом они ни в коем случае не являются статичными — они становятся то больше, то меньше, меняют свое положение, а также направление вращения.

Это — гибкое, живое поле, которое окружает наше тело. Интересно и то, что скорость круговорота различна и не всегда идентична со светлыми и темными областями.

«Жизнь — это изменение, состояние покоя — смерть!» — учит традиционная китайская меди-

цина. Соответственно, быстрые круговороты энергии в энергетическом поле отражают быстрые изменения, а медленные круговороты — медленные изменения. Эти изменения (готовность к изменениям) не равнозначны большому количеству энергии (светлые области) или малому количеству энергии (темные области).

Посреди этих многочисленных маленьких круговоротов на передней и задней стороне нашего тела мы можем, между прочим, обнаружить, 9 сравнительно больших вихрей, относительно постоянно расположенных— вдоль центральной оси тела, от копчика / лобковой кости до темени. Эти круговороты являются выражением 9 энергетических центров и называются также чакрами (в переводе с санскрита «чакра» — «колесо»). Они могут вращаться так же, как другие энергетические вихри, в различных направлениях, причем движения по часовой стрелке показывают, в основном, процессы концентрации и упорядочивания, движения против часовой стрелки — процессы распада и сокращения. Оба процесса являются, однако, жизненно необходимыми! Часто встречающееся разделение на «хорошо» (вращение вправо) и «плохо» (вращение влево) здесь, таким образом, является неуместным и опровергается самим энергетическим массажем. «Хорошим» здесь является то, что способствует естественному движению круговоротов, «плохим», напротив, то, что его тормозит и блокирует, независимо от того, в каком направлении происходит это движение!

Кружение и потоки энергетического тела можно ощутить непосредственно самому. Потрогайте-ка очень осторожно указательным или средним пальцами руки кожу и начните легкое круговое движение. Сделав два или три круга, поменяйте направление. Теперь вы ощущаете, что движение в одном направлении происходит явно легче, чем в другом. Руководствуйтесь этим, более простым и легким направлением вращения! Медленно измените теперь (непрерывно делая круговые движения) положение обоих ваших пальцев. В определенной точке направление вращения ваших пальцев внезапно сменится противоположным. Сейчас в другом направлении дело пойдет проще: если ваша рука продолжит движение, то вскоре снова произойдет поворот в противоположном направлении, и так далее... Таким образом, вы видите, что ощущать кружение и поток энергетического поля — детская игра, и если вы продолжите упражняться, то тогда уже сможете провести энергетический массаж!

Во время энергетического массажа тела мы следуем естественному течению энергетического поля. Мы не осуществляем никаких намеренных изменений, а приспособляемся к уже существующим потокам энергии. Доверяя мудрости нашего тела, мы предоставляем ему руководство, поддерживая с помощью массажа имеющиеся в наличии энергетические потоки. Это улучшает коммуникацию в теле и взаимодействие с ним, активизирует, оживляет и укрепляет силы, способствующие исцелению с помощью самого организма.

Больше мы не должны ничего делать. С помощью энергетического массажа тела мы, по существу, только облегчаем деятельность и

коммуникационные процессы в нашем теле. Однако все это имеет хорошие последствия!

Энергетическое поле — это составляющая того, что часто называется аурой, или «излучением» (в переводе с греческого «аура» — «дуновение», «дымка»). Оно является самым первым слоем ауры, который выражает жизненную силу тела и влияет на нее. Следующие слои ауры — яркое и красочное эмоциональное или астральное тело, которое на приличную длину руки может превышать границы тела и, благодаря игре красок, отражает душевные побуждения; ментальное тело, которое может наполнять пространство, являясь ясным, мутным, туманным или свободно распространяющимся, и отражает наше мышление; и, наконец, каузальное тело, которое соответствует нашему духовному развитию.

Эти слои ауры используются в ходе энергетического массажа тела не так активно. Но можно заметить, что энергетический массаж тела

непосредственно влияет на них. Сияние эмоционального тела становится ярче, его краски отчетливее, ментальное тело обретает большую ясность и свободу и пациент или пациентка почти всегда чувствуют, что духовное тело получило свободу. Таким образом, энергетический массаж тела распространяется не только на тело, но через него воздействует также на душу (чувства), разум (мышление) и дух (сущность) человека.

В качестве целостного массажа, который поддерживает здоровые процессы изменения, энергетический массаж тела может вызывать значительные перемены во всем организме, и тем самым в нашей жизни. Могут совершиться перемены, которые соответствуют тому, что мы, как ду-

ховные существа, собственно говоря, хотим. И то, что это так, мы можем определить по одному фактору — крепкому здоровью!

Как появился энергетический массаж тела?

С массажем связана половина моей жизни. Уже в возрасте 20 лет я приступил к пятилетнему обучению шиатцу — сначала у Мартина Штотца, позднее у Андре Уэбеле. В конце 80-х годов я уже работал массажистом шиатцу, изучая попутно энергетический массаж тела у Вальтрауд Феррари, ученицы друида Раборне. Идея изобрести массаж, который, собственно говоря, выполняется с помощью указательного и среднего пальцев, с использованием драгоценных камней, возникла спонтанно в начале 90-х годов, после того как я некоторое время занимался наукой об исцелении камнями. Палочки из таких полудрагоценных камней, как горный хрусталь, аметист и розовый кварц, которые тогда можно уже было приобрести в магазинах, так разбудили мое любопытство, что, применяя их (так, как при иглоукалывании), я внес изменения и в энергетический массаж тела. Таким образом, сначала это был просто эксперимент среди друзей, но он имел захватывающие результаты.

Уже во время первых сеансов энергетического массажа тела с использованием драгоценных камней нам стало ясно, что представилась прекрасная возможность узнать о воздействии какого-либо камня глубоко и основательно. Дополнительно к открывающему и освобождающему воздействию самого массажа во время применения палочки или грифеля из драгоценного камня появлялось ощущение, будто «наполняешься» информацией этого камня. Влияние, оказываемое камнями на физическое, психическое, умственное и духовное состояние человека, сразу воспринималось пациентами и пациентками, а многие недуги исчезали как по мановению волшебной палочки — и, между прочим, во многих случаях надолго! Мы сами были удивлены огромным воздействием этого нежного, удивительного способа лечения.

Энергетический массаж тела может иметь своей целью, наряду с освобождающим, активизирующим и расслабляющим воздействием, также лечение болезней. Это относится к любому массажу, даже без драгоценных камней. Если мы дополним его лечебными камнями, то появится очень глубокое ощущение от воздействия камня, которое усиливает воздействие массажа в нужном направлении и, таким образом, исцеляет определенные болезни.

По этой причине для индивидуального лечения, которое должно расслаблять, активизировать, просветлять и освободить, не ставя целью лечение специфических заболеваний, часто применяется горный хрусталь. Он просто дает энергию в нужной пропорции и ясность — вещи, которые требуются практически всегда.

Когда в начале 90-х годов теория энергетического массажа тела начала развиваться, то в качестве палочек или грифелей из драгоценных камней могли применяться только кристаллические кварцы (горный хрусталь, аметист, аметрин, дымчатый и розовый кварц). За то, что в конце 90-х годов еще из нескольких сортов камней были созданы удобные грифели, мы должны быть благодарны Эвальду Клигелю, который применяет их для лечения путем воздействия на рефлекторные зоны. С тех пор эти «новые сорта» стали применяться в энергетическом массаже тела драгоценными камнями, причем в основном все-таки применяются кристаллические кварцы, особенно горный хрусталь.

Метод, применяемый сегодня в практике энергетического массажа тела драгоценными камнями, вобрал в себя знания многих разновидностей массажа. Основой является энергетический массаж тела, пришедший от друидов, дополненный другими способами лечения тонких тканей — такими как Рейки (создание энергетической защиты), шиатцу (расслабляющие позы тела), терапия рефлекторных зон (работа с грифелями) и, конечно, наука о лечении камнями (воздействие целебных камней).

После примерно 15 лет практики энергетический массаж тела драгоценными камнями превратился в целостный устоявшийся процесс, который, если его тщательно проводить, может практиковаться каждым

человеком. Конечно, как и при освоении каждого вида массажа, лучше изучать его на практике под руководством опытных учителей. Эта глава стремится разъяснить основы, возможности и границы энергетического массажа настолько, чтобы можно было применять его даже в форме игры (среди партнеров, друзей и членов семьи). Для профессиональных массажистов, конечно, не составит проблемы быстро включить энергетический массаж тела драгоценными камнями в свой собственный «репертуар».

Файл взят с сайта
www.gigabooks.ru,
на котором еще
много интересной
литературы.

Скачать бесплатно:
журналы, учебники,
художественную
литературу, детскую,
техническую,
компьютерную
и многое другое.

Как проводить энергетический массаж: тела драгоценными камнями?

Энергетический массаж тела лучше всего проводить в теплой, спокойной комнате, летом — на свежем воздухе. Тепло является очень важным моментом, так как энергетический массаж — это массаж всего тела, который воздействует прямо на кожу и иногда влияет скорее охлаждая, так как он стремится расширять энергетическое тело как энергетическое пространство. Активизация тонких энергий также приводит в процессе массажа к тому, что любые покрывала раздражают пациента — хочется наслаждаться возникающим свободным пространством! Массировать лучше всего на полу, положив туда матрац или 2-3 шерстяных одеяла, покрытых простыней (там должно найтись место как пациенту, так и массажисту).

Во время энергетического массажа тела драгоценные камни применяются в форме палочек, грифелей или продолговатых «барабанных» камней (отполированных камней круглой формы). У массажных палочек и грифелей применяются как широкие и круглые, так и острые, только слегка закругленные концы. При этом широкая сторона скорее расслабляет и успокаивает, напротив, более острая сторона активизирует и возбуждает. Качественного различия между палочками и грифелями не существует. Форма камня может выбираться на свое усмотрение, а часто просто берется то, что есть из соответствующего сорта камней.

Палочка, грифель и удлиненный
«барабанный» камень-«капля»

из аметистового кварца

Во время энергетического массажа тела мы не применяем никакого массажного масла. Оно изменило бы чувствительность верхней поверхности кожи и уменьшило бы эффект от массажа. Дайте возможность человеку, которому вы делаете массаж, просто найти приятную позу — сначала полежав на животе, потом на спине (подложите, по возможности, подушки, валики и тому подобное), пока клиенту не станет совершенно удобно. Лучше, когда он, насколько это возможно, раздет, так как энергетический массаж ощущается только непосредственно на коже. Предоставьте пациенту момент покоя и концентрации, пока вы еще не начали.

~ Во время энергетического массажа тела важно, чтобы вы защитили себя и своего пациента и сознательно, например, посредством дыхания, прониклись его чувствами так, как это описано во Введении. Так как энергетический массаж тела, по существу, управляется разумом, то, что оба тела настроены друг на друга, даст положительный эффект.

Сядьте близко к человеку, которого вы будете массировать, — так, чтобы рука, которой вы пишете, была обращена к нему. Лучше всего сесть на пятки параллельно телу пациента, так, чтобы вы могли видеть его голову. Благодаря этому вы сможете в состоянии покоя держаться прямо, во время массажа слегка наклоняясь вперед. В этом положении вам совсем не придется применять силу и вы сможете оставаться внутренне собранным. Кроме того, вы сможете, время от времени, бросать взгляд на лицо пациента — это прямая обратная связь, необходимая для успеха массажа.

Палочку, грифель из драгоценных камней или удлиненный барабанный камень (в дальнейшем для простоты мы будем называть его просто «грифель») лучше всего взять в руку, как карандаш — так, чтобы вы держали его большим и средним пальцами, а вели с помощью указательного пальца. Если он достаточно длинный (что является оптимальным), то его задний конец должен располагаться, как карандаш, между основными суставами большого и указательного пальцев. Если грифель короче, то вам понадобится крепче обхватить его пальцами, чтобы его держать и вести. Но это также дело практики.

Когда вы приобретаете свой первый опыт проведения энергетического массажа тела, то часто бывает легче сначала использовать более широкую сторону грифеля. Она, как уже было сказано выше, расслабляет и успокаивает, поэтому возможные реакции на массаж проходят более сдержанно. Для начала это весьма хорошо, поскольку вы должны сконцентрироваться на технике массажа и различных фазах его проведения. Обретя большую уверенность в себе, спокойно можете использовать более острую сторону. Теперь массаж пойдет более живо...



Как держать грифель из драгоценного камня

В начале энергетического массажа тела очень-очень осторожно положите грифель на кожу и замрите на одно мгновение. Это минимальное прикосновение без какого-либо нажима. Напротив, если вы слегка наклонены вперед, тогда «внутренне» отклонитесь немного назад, как если бы вы намеревались тотчас же снова отнять грифель. Потренируйтесь до массажа на своем собственном колене или бедре: сядьте прямо, слегка наклонитесь вперед и положите грифель с легким нажимом на кожу. Теперь мягко сделайте им несколько круговых движений, а затем отклонитесь назад (скорее внутренне, чем внешне) на несколько миллиметров: так, как в конце письма, когда вы кладете карандаш. В этом случае грифель остается, конечно, в том же положении, но вы отодвигаете его несколько назад так, что он больше не касается кожи. Остается только дуновение от прикосновения! А теперь проделайте снова нежные круговые движения. Чувствуете разницу? Да, это как раз то, что надо!!!

Во время энергетического массажа тела драгоценными камнями наш грифель из драгоценного камня «парит», совершая круговые движения, над всем телом, так, что кожа ощущает только дуновение от прикосновения. Говоря точнее, эти «круги» — маленькие спиралевидные движения, которые, начинаясь в одной точке, становятся все шире, а потом снова спиралевидно устремляются к этой точке. Перемещая постепенно центральную точку, мы совершаем круговые движения по : всему телу. При этом направление движения также меняется снова и снова — согласно импульсу или в зависимости от того, где легче получается!

По существу, мы могли бы массировать энергетическое тело совершенно не контактируя с кожей, однако массаж обращает внимание пациента на соответствующие области, что улучшает воздействие и позволяет ему духовно раскрепоститься. Если контакт с грифелем более плотный, воздействие будет более материальным, то есть скорее будет стимулировать рефлекторные зоны. Хотя это тоже полезно, массаж, однако, нужно делать по-другому.



Движение грифеля из драгоценного камня

При энергетическом массаже тела очень важно, чтобы контакт грифеля из драгоценного камня с кожей был минимальным, весьма утонченным, легким, как дуновение, и таким же нежным. Чем утонченнее, тем лучше!

Выбор места, в котором вы начинаете энергетический массаж тела, и направление, в котором вы его продолжаете, вы можете вообще-то предоставить своей интуиции, если вам удалось проникнуть во внутренний мир пациента. Обращайте, однако, внимание на то, чтобы постепенно по-настоящему массировать все тело. Энергетический массаж тела принципиально является (независимо от некоторых исключений) массажем всего тела, так как он стремится к полной гармонизации энергии во всем энергетическом теле. Только иногда происходит так, что чувство удовольствия в определенной точке становится самостоятельным и потом довольно стремительно охватывает все тело. Это ощущается пациентом как волна хорошего самочувствия, которая неожиданно распространяется повсюду. Признаки этого очевидны: внезапное расслабление, просиявшее лицо, блестящие глаза или счастливая улыбка. Любители наслаждений хотят, конечно, гораздо больше, однако в этом месте массаж следует прекратить. Когда прекраснее всего, нужно уходить... Но для этого еще не пришло время. Вначале вы можете, как уже было сказано, или действовать интуитивно, или следовать определенному порядку проведения массажа. «Стандартный массаж» (редко точно проводимый), когда пациент лежит на животе, мог бы начаться на затылке, на макушке и потом проходить посредством интуитивных круговых движений по шее, плечам, спине, тазу и ногам (одной за другой) до ступней и кончиков пальцев. Затем поза меняется, пациент лежит на спине, и массаж проводится по ступням, ногам, тазу, животу и груди снова вверх и потом по рукам и до кончиков пальцев, и снова назад (одну руку за другой). Когда делается массаж от подмышечной впадины до кончиков пальцев, пациент вытягивает руки в стороны ладонями вверх. На «обратном пути» к плечевому суставу руки должны свободно лежать рядом с туловищем ладонями вниз.



Ход массажа

После этого измените позу и сядьте над головой человека, которому вы делаете массаж. Теперь массаж проходит от сустава плеча, по шее и за ушами до черепной коробки (сначала по одной, потом по другой стороне) и оттуда по лбу, по направлению к вискам и ушам, потом — от переносицы по закрытым векам глаз по направлению к скулам и челюсти и, наконец, от носа по щекам, вокруг рта и по подбородку. «Пути» на лице являются, однако, только отправными точками! Способ действий может меняться согласно опыту и интуиции снова и снова. Прислушайтесь к своим чувствам, так как «хороший конец венчает дело»! В конце концов, вы можете воздействовать грифелем из драгоценного камня на «третий глаз» (точку между бровями) еще приблизительно 10-20 секунд и тогда закончить энергетический массаж тела.

Всегда обращайтесь, пожалуйста, внимание на то, что во время круговых движений энергетическое тело вас «ведет за собой». Лучше всего здесь придерживаться внутренней позиции, что вы не совершаете движение, а просто позволяете ему произойти.

Если вас охватывают сомнения, просто проверьте за одно мгновение, не легче ли пойдет массаж направо или налево. Более простое движение — всегда правильное. Но со временем вы начнете свободно делать массаж, и тогда движения



будут происходить сами по себе. В то время как ваша рука движется над телом, она совершает круговые движения то налево, то направо, направо-налево, и так снова. По существу, вы можете только наблюдать и зрительно запоминать весь ход массажа. При этом оставайтесь в контакте с человеком, которого вы массируете, наблюдая за ним. Освобождайте место для возникающих реакций так, как это было описано во Введении. Энергетический массаж тела также заканчивается или после окончания массажа всего тела, или в «удачный момент» (см. «Основы массажа драгоценными камнями»).

После окончания энергетического массажа тела сначала (духовно и физически) лучше всего оставаться здесь, сохранять спокойствие и наблюдать, как себя чувствует пациент, которому вы делали массаж. Так как речь идет о массаже тонких тканей, то очень важно, чтобы вы возвратили обратно энергию, которой взаимно обменялись, и, по возможности, очистили энергию, находящуюся в пространстве (см. главу «Основы массажа драгоценными камнями»). Это можно осуществить на уровне ума, пока вы, спокойно ожидая, сидите рядом с пациентом, которого вы массировали. Затем остается время для обмена впечатлениями, если это необходимо, для чистки использованного грифеля из драгоценного камня и для осознанного выхода из «роли массажиста» (см. «Основы массажа...»).

Энергетический массаж тела

1. Пациент должен принять удобное положение, в помещении должно быть достаточно тепло!
2. Подготовить палочки, или грифели из драгоценных камней, или удлиненные полированные камни.
3. Сконцентрироваться на защите и осознанном проникновении во внутренний мир пациента.
4. Сохранять прямую осанку, например, в позе на пятках; для массирования следует слегка нагнуться вперед.
5. Грифель взять в руку, как карандаш, и вести.
6. Очень нежно положить грифель на кожу и, согласно импульсам, делать легкие круговые движения. Массировать все тело, меняя направление круговых движений.
7. Пусть меняющиеся спиралевидные движения происходят «сами по себе» — в случае необходимости попробовать, в каком направлении легче массируется.
8. Возможный ход массажа: затылок, спина, таз, ноги (задняя сторона), стопы, ноги (передняя сторона), таз, живот, грудь, руки, голова, лицо.
9. Поддерживать контакт, по возможности, осведомиться, как пациент себя чувствует.
10. Завершить энергетический массаж после окончания массажа всего тела или в «удачный момент».

- 1 1. Закончить массаж, оставаться рядом с пациентом, наблюдать и спрашивать о его потребностях.
- 1 2. Уравновесить энергию и освободить энергию, находящуюся в помещении.
13. Получить обратную связь и завязать разговор (по желанию пациента).
14. Сознательно выйти из роли «массажиста».
15. Почистить грифель, при необходимости, убрать помещение.

Какое воздействие оказывает энергетический массаж: тела драгоценными камнями ?

Энергетический массаж тела драгоценными камнями облегчает движение энергии в энергетическом теле и улучшает, таким образом, сообщение систем организма, а также связи между телом, душой, разумом и духом. Это во многих случаях становится заметным по изменению телесных ощущений. Хотя это, собственно говоря, улучшенное ощущение тела, но мы его замечаем, как правило, не сразу. Если мы лучше чувствуем наше тело, то мы лучше чувствуем и те области, в которых что-то не в порядке.

Энергетический массаж тела не сразу все исправляет. Он не совершает чудес, даже если воспринимается, как что-то чудесное. Но он создает тенденцию к улучшению, а также показывает, как в данный момент обстоят дела.

Гармония между телом, душой, разумом и духом влияет на то, что мы вдруг лучше начинаем понимать, что нам помогает в различных областях деятельности. Поэтому в период после проведения энергетического массажа тела важно наблюдать, какие потребности и желания возникают, и следовать им! Если мы вдруг испытываем неотступное желание много-много спать, тогда, вероятно, мы нуждаемся в этом. Итак, тотчас же в постель! То, что наши прежние нарушения сна вдруг пол-

ностью исчезли, часто не бросается нам в глаза. Если мы также ощущаем желание больше заниматься спортом и другими делами, пробовать какую-либо еду, потребность общаться с определенными людьми и излить душу, испытываем побуждение что-то привести в порядок, то стоит осуществлять все это. События, внезапно происходящие после энергетического массажа тела, касаются прошлых стрессов, которые привели к задержке или блокировке потока энергии в энергетическом теле, и соответствующие импульсы часто способствуют освобождению энергии.

Цель этого массажа — гармонизация энергетического тела. Она достигается с помощью массажа за короткий срок, но остается стабильной только тогда, когда мы должным образом гармонично организуем нашу жизнь. Когда мы возвращаемся в негармоничное состояние, то замечаем все те стороны жизни, которые способствуют дисгармонии, или развиваем идеи о том, что может продлить и стабилизировать гармоничное состояние. Если мы, таким образом, будем регулярно повторять энергетические массажи тела, то они будут способствовать изменению и преобразованию нашей жизни, когда мы подхватим и преобразуем соответствующие импульсы. И это преобразование также можно сделать более явным с помощью энергетического массажа тела. Круговорот и кружение в энергетическом теле свидетельствуют об изменениях, способности и готовности к изменениям. Поддерживая это вращение и круговорот (придерживаясь его направления), мы укрепляем нашу способность и готовность к переменам в жизни. Поэтому энергетические массажи тела делают нас более гибкими как физически, так и духовно. Они заряжают нас энергией (активизируют), так как, согласно китайской медицине, «изменение — это жизнь». Они улучшают движение энергии и вместе с тем выравнивают слишком сильный или слишком слабый поток энергии, что, в свою очередь, делает нас более уравновешенными.

Хорошей иллюстрацией того, как воздействует энергетический массаж тела, является вода. Она способна к изменениям, подвижна, может приспособиться к любой форме — и, тем не менее, она всегда и везде легко сохраняет равновесие!

В физическом отношении улучшенная способность к изменениям проявляется в более крепком здоровье. Однако здесь также не все сразу бывает хорошо! Сначала может обнаружиться то, что следует изменить — появляются или ощущаются различные недуги (часто это длится короткое время). Периодически может появляться кое-что, пока блокировки и недуги действительно не уйдут. Однако энергетический массаж тела делает и этот процесс проще и легче. Сила большинства недугов уменьшается, и часть процесса исцеления заключается только в наблюдении, которое затем ведет к освобождению.

Давайте теперь возьмем определенные камни (в виде палочек, грифелей или удлиненных камней) для проведения энергетического массажа тела и зададим способности к изменениям (на физическом, психическом, умственном и духовном уровнях) направление. Оно определяется природой и воздействием камня, которое теперь, благодаря «преобразовывающему» массажу, распространяется, осуществляется и проявляется намного лучше. Поэтому нам следует хорошо подумать, какой камень выбрать. Если вы не очень хорошо знаете, какие камни лучше всего подходят, или просто не уверены, всегда берите горный хрусталь. Он заряжает энергией и создает ясность, а в этом мы нуждаемся всегда!

Энергетический массаж тела драгоценными камнями сразу же оказывает ощутимый эффект (хорошее самочувствие, улучшенное ощущение тела, духовное раскрепощение) и воздействие в течение среднего или длительного периода времени (приспособляемость, более стабильное здоровье, новые идеи и импульсы, энергия и порядок в жизни). Длительность срока воздействия массажа увеличивается, если мы регулярно повторяем сеансы.

Каким воздействием обладают грифели из камней?

Для применения названных ниже сортов драгоценных камней в виде палочек, грифелей или удлиненных камней в области энергетического массажа тела существуют специфические рекомендации. Не все камни являются лечебными и могут применяться для этого вида массажа. Однако для начала проведения массажа драгоценными камнями порекомендуем следующий набор камней:

Агат распространен в виде грифеля, реже в виде палочки. Его применяют в процессе энергетического массажа тела преимущественно тогда, когда речь идет о таких понятиях, как защита, безопасность, хороший сон и «за-земленность». Энергетический массаж тела с агатом дает внутреннюю безопасность и стабильность. В физическом отношении он способствует пищеварению, секреции, улучшению соединительной ткани и кожи.

Аметист можно, как правило, приобрести в виде палочки. В форме грифелей или удлиненных камней («капель») имеется в наличии, прежде всего, аметистовый кварц (шеврон-аметист), который как раз хорошо подходит для энергетического массажа тела. Аметист приносит внутренний покой и помогает избавиться от печали и тоски. Он расслабляет, но одновременно делает нас бодрыми и сознательными. В физическом отношении энергетический массаж тела с использованием аметиста уменьшает даже сильные растяжения и головные боли.

Аметрин раньше можно было приобрести в виде палочки, однако сегодня он встречается реже. Его можно использовать так же, как аметист, однако он приносит больше радости и динамики. В физическом отношении энергетический массаж тела с использованием аметрина очень благоприятно воздействует на нервы.

Аквамарин не известен в виде палочки и грифеля, и его редко можно найти в форме удлиненного камня. Можно использовать линзообразный камень. Аквамарин приносит легкость и выдержку, которой сопутствуют дисциплина и терпение. Благодаря этому возникает чувство, что «работа спорится». В физическом отношении аквамарин регулирует рост и качество гормонов и помогает при аллергиях, особенно при сенном насморке. Кроме того, энергетический массаж тела с использованием аквамарина также положительно влияет на глаза, в особенности, при косоглазии, близорукости и дальнозоркости.

Арагонит (в качестве горной породы известен под торговым названием «оникс-мрамор») только недавно появился на рынке в виде палочки и грифеля. Арагонит приносит внутреннее расслабление при постоянных стрессах и при энергетическом массаже тела успокаивает и восстанавливает силы. В физическом отношении он очень хорошо помогает при болезнях позвоночника, межпозвоночных дисков, мениска и суставов.

Авантюрин можно приобрести в виде палочки и грифеля. Энергетический массаж тела этим камнем отлично помогает от бессонницы. Авантюрин способствует избавлению от ненужных мыслей, а также от стресса и нервозности. В физическом отношении энергетический массаж тела с использованием авантюрина оказывает очень хорошее воздействие при последствиях облучения, например, при солнечном ожоге.

Горный хрусталь является классическим камнем для изготовления палочек и грифелей. Удлиненные отколотые камни (разбитые кристаллы) — также нередкое явление. В качестве нейтрального прозрачного кварца его можно применять практически всегда и следует непременно рекомендовать на первых этапах освоения массажа драгоценными кам-

нями. Горный хрусталь заряжает энергией в необходимом количестве и способствует ясности. Энергетический массаж тела с использованием горного хрусталя дает сильное ощущение свободы.

Кальцит (оранжевый) можно приобрести в виде палочки и грифеля. Во время энергетического массажа тела он дает приятное внутреннее тепло, вселяя уверенность и доверие. В физическом отношении кальцит хорошо способствует росту и укрепляет органы пищеварения, соединительную ткань, кожу и кости.

Халцедон (камень с голубыми прожилками) раньше можно было чаще приобрести в виде грифеля. Из-за сокращения поставок соответствующего сырья (ведь исходные камни должны быть еще больше) в настоящее время его редко удастся найти. В качестве альтернативы можно использовать удлиненные отколотые камни. Халцедон приводит нас в движение, когда мы чувствуем себя скованными и заторможенными. Он делает нас открытыми, коммуникативными и хладнокровными. В физическом отношении энергетический массаж тела способствует течению жидкостей, особенно лимфы, кроме того, часто возбуждает активность желез, почек и мочевого пузыря.

Огненный опал нельзя приобрести в виде палочки или грифеля. Очень редко (!) встречаются удлиненные отколотые камни огненного опала в месторождениях, которые, однако, великолепно подходят для энергетического массажа тела. Огненный опал — это подарок для чудесного эротического массажа. Он делает нас живыми, открытыми, веселыми и жизнерадостными и приносит удовольствие в сексуальных отношениях. В физическом отношении он дает силу, энергичность и способствует потенции и плодовитости.

Флюорит (в качестве разноцветного «радужного флюорита» из Китая) представляет собой классический в практике массажа камень, который используется в виде палочек и грифелей. К сожалению, он очень хрупкий, и поэтому с ним нужно крайне аккуратно обращаться. Флюорит вносит в жизнь (в зависимости от исходной ситуации) структуру и порядок или делает нас более гибкими, свободными и открытыми. Энергетический массаж тела с флюоритом помогает при стрессе, рассеянности и неспособности к учебе. В физическом отношении он улучшает осанку, подвижность и помогает при кашле, хрипе, раздраженных или больных слизистых оболочках.

Гелиотроп можно приобрести в виде палочки. Энергетический массаж тела с гелиотропом усиливает способность быть самостоятельным, властвовать над собственными жизненными обстоятельствами или иметь успех. В физическом отношении гелиотроп способствует укреплению иммунной системы, поэтому энергетический массаж тела хорошо помогает при простудах и в начале заболеваний. При заболеваниях сердца массаж с гелиотропом также может снижать боль.

Яшма (красная яшма или яшма-брекчия) продается обычно в виде палочки и грифеля. Энергетический массаж тела с красной яшмой вносит в нашу жизнь активность и динамичность. Он дает силу и энергию, хотя иногда может сделать нас беспокойными и нетерпеливыми. В физическом отношении он регулирует кровообращение и помогает при длительной слабости и усталости.

Ландшафтная яшма существует, главным образом, в виде грифеля, реже в виде палочки. В отличие от красной яшмы, желтовато-коричневая ландшафтная яшма приносит спокойствие, надежность и терпение. В физическом отношении энергетический массаж тела с яшмой способствует улучшению пищеварения и секреции, а также качеству соединительной ткани. С помощью этого массажа устраняются также некоторые аллергии.

Магnezит можно приобрести в виде палочки и грифеля. Он глубоко расслабляет и помогает при спазмах и многих болях. Энергетический массаж тела с магnezитом развивает терпение и помогает при раздражительности и пугливости. В физическом отношении он исцеляет от головной и мышечной боли, мигрени, заболеваний желудка, тошноты, проблем с позвоночником и болей конечностей.

Обсидиан (обсидиан с узором «снежинки») можно приобрести в виде палочки и грифеля. Он помогает при болях, психических и физических «зажимах», а также последствиях несчастных случаев и ранений. Энергетический массаж тела с обсидианом усиливает снабжение органов кровью и приносит внутреннее тепло, если вы часто мерзнете и у вас холодные руки и ноги.

Празем-кварц иногда можно приобрести в виде грифеля. Он оказывает очень хорошее действие при припухлостях, ушибах и других болях, снижает влияние солнечных лучей, последствия солнечного ожога и солнечного удара, помогает при чувствительности к жаре, а также последствиях перегрева.

Дымчатый кварц относится, как и другие кристаллические кварцы, к классическим камням для массажа и уже давно применяется против стресса. Он очень быстро устраняет напряжение и боли, обусловленные стрессом, усиливая одновременно собственные ресурсы, так что вы уже не так легко поддаетесь стрессу. Он также помогает компенсировать вредное влияние солнечных лучей и укрепляет нервы.

Розовый кварц также благодарный материал для классических палочек и грифелей из драгоценных камней. Он

делает нас чувствительными и чуткими, пробуждает сердечность, отзывчивость и сострадание. Энергетический массаж тела помогает при многих заболеваниях сердца (особенно при нарушениях сердечного ритма), сексуальных проблемах (вызванных напряжением и стрессом от работы) и способствует плодовитости.

Рубин-дисген-фуксит редко продается в виде палочки. В процессе энергетического массажа тела этот камень, состоящий из трех минералов, снижает напряжение при стрессе и чрезвычайных нагрузках. Он уменьшает боли, способствует хорошему сну, дает выдержку и чувство надежной защиты. В физическом отношении он хорошо помогает при параличе, ревматизме, воспалениях, заболеваниях кожи, сердца и позвоночника.

Рутил-кварц можно приобрести в виде палочки. Энергетический массаж тела с ним освобождает от ограниченности, напряжения и подавленного состояния, расширяя и освобождая пространство. Кроме того, он улучшает настроение, избавляет от страха, дает чувство уверенности и силы. В физическом отношении рутил-кварц способствует регенерации клеток и поэтому помогает при многих застарелых болезнях, прежде всего, бронхите и заболеваниях дыхательных путей.

Серпентин (часто его называют «китайский нефрит») можно приобрести в виде палочки и грифеля. Он помогает при нервозности, беспокойстве, перепадах настроения и ощущении незащитности. Энергетический массаж тела с серпентином оказывает расслабляющее действие и может поэтому помочь в сексуальных отношениях, в тех случаях, когда трудно достичь оргазма из-за напряжения. В физическом отношении массаж помогает при расстройствах сердечного ритма, заболеваниях почек, желудка и нарушениях менструального цикла.

Содалит можно приобрести в виде палочки и грифеля. Энергетический массаж тела с ним охлаждает, понижает чувствительность к жаре, снижает температуру и кровяное давление, а также помогает при болях в горле и хрипоте. Содалит помогает создать в жизни свободное пространство для того, чего вы, собственно говоря, хотите достичь. Он советует вам оставаться верным себе, осознанно менять свое поведение и постоянно работать над собственным развитием.

Тектит не существует ни в виде палочки, ни в виде грифеля. В природе он встречается несколько изборозженным, в обтекаемой форме, поэтому как раз подходит для энергетического массажа тела. Тектит освобождает и помогает освободить, массаж с ним дает сильное чувство свободы и самостоятельности. Поэтому его можно применять именно тогда, когда мы чувствуем, что запутались в слишком многих проблемах и наша жизнь из-за этого становится слишком тесной и душит. Кроме того, тектит помогает компенсировать действие облучения и электрического поля, а также ускоряет процесс исцеления.

Простой черный турмалин можно приобрести в виде грифеля и палочки. В последнем случае иногда полируют природные, тонкие кристаллы, придавая основанию круглую форму. Турмалин дает возможность избавиться от внутреннего напряжения и стать энергетически «более проницаемым». Поэтому он помогает от воздействия электрического поля, а также при энергетических и ментальных атаках. Массаж с ним выравнивает противоречия в энергетическом теле и укрепляет его. Это дает нам ощущение защиты. Турмалин делает нас выдержанными, помогая оставаться нейтральными во время конфликтов. Он утоляет боли и снимает напряжение, залечивает шрамы и помогает при глухоте.

На что еще следует обращать внимание во время энергетического массажа тела?

Правила, которые в целом касаются всех видов массажа драгоценными камнями, здесь дейст-

вуют совершенно по-другому. Не делайте энергетического массажа тела, если вы сами не в форме или не в настроении! Ведь во время энергетического массажа действие оказывают не только ваши руки, но и ваши мысли, и ваше настроение! Массаж, который вы делаете против своей воли, когда устали или больны, может ослабить как массажиста, так и пациента. Действуйте только тогда, когда вы в форме и у вас есть желание делать массаж. Вы только тогда сможете достичь чудесных результатов посредством энергетического массажа драгоценными камнями, если будете соблюдать эти правила. Они предоставляют очень много свободы для собственной интуиции и творчества. Прежде всего, «путь по телу» дан только в наброске и ни в коем случае не строго предписан. Скорость и длительность массажа также оставляются на ваше усмотрение. Однако одно правило практически непреложно:

Никогда не совершайте вращения против естественного направления круговорота энергии в энергетическом теле! Делайте круговые движения всегда так, как их легче сделать, или как если бы они возникали сами по себе.

Не существует, как уже было сказано, оценки «хорошо» или «плохо» относительно круговых движений направо или налево. Они именно такие, какие есть. И, пожалуйста, делайте вращения легко и нежно. Вы не должны толкать! Двигайте ваш грифель из драгоценного камня, как травинку в воде. Попробуйте сделать это действие как-нибудь: оно совершается легко и нежно. Если вы будете придерживаться этого правила, то энергетический массаж тела пройдет хорошо. Сначала потребуются, возможно, немного тренировки, однако в процессе этого довольно простого массажа уверенность приходит быстро.

Вы можете выбрать грифель из камня интуитивно, согласно вышеназванным примерам, или с помощью маятника или лозы, если вы умеете обращаться с ними. Если вы не уверены, тогда просто возьмите горный хрусталь.

Во время беременности рекомендуются не все виды камней. Согласно опыту, беременным женщинам очень хорошо подойдут: агат (камень защиты беременности), аметист (покой, расслабление), арагонит (устраняет проблемы с позвоночником), горный хрусталь (всегда полезен), кальцит (способствует росту и развитию костей), халцедон (при застое лимфы или отеках), гелиотроп (ограничение, защита, дезинфекция), розовый кварц (взаимное чувство) и серпентин (расслабление). В два последних месяца беременности все-таки будьте осторожны, особенно если беременность протекала не совсем стабильно. Непосредственно перед рождением ребенка энергетический массаж тела, напротив, рекомендуется, так как может облегчить роды. Магnezит или серпентин, например, могут помочь расслабить область таза. Тем, кто тяжело или в течение долгого времени хронически болеет, следует быть осторожными. В этом случае энергетический массаж тела следует делать только опытным врачам или целителям. То же относится в целом и к простудам с высокой температурой. Некоторые из вышеназванных советов адресованы поэтому и специалистам. Для домашнего применения существуют более простые и надежные методы, например, снижение температуры с помощью горного хрусталя.

Но если вам нравится делать массаж и у вас хорошее самочувствие и настроение, а человек, которого вы массируете, здоров во всех отношениях, то для энергетического массажа тела нет никаких препятствий. Радуйтесь энергетическому обмену и взаимным прикосновениям, а также тому, чтобы сделано что-то хорошее — и наслаждайтесь оба! Энергетический массаж тела — это, в первую очередь, лечение, которое приносит радость. Желаю получить удовольствие!

Рефлекторные зоны и драгоценные камни

Встреча с драгоценными камнями — это часто цепь случайностей. Со мной это произошло в прекрасный осенний день у подножия Швабской Юры, когда Михаэль Гингер отправил меня в Людвигс-бург за полезной книгой Марко Шрайера о рефлекторных зонах. Со сделанного им обзора минералов для меня началась разведка совершенно необъятных миров. Здесь встретились два энергетических способа воздействия на человека: рефлекторные зоны и драгоценные камни. Хотя мне уже были известны благодаря знанию физиотерапии некоторые камни, однако только теперь я узнал о камнях по-настоящему. Если теоретические знания о драгоценных камнях можно сравнить с разговорами о плавании, то постижение камней соответствовало погружению в потоки воды и щекотанию кожи водой. С этого момента драгоценные камни не были для меня больше теоре-

тическими возможностями, но стали реально переживаемым опытом. Его можно было изучить посредством различных методов, таких как биолокация, измерение дыхания и частота пульса. Мой отец, который был одаренным лозоходцем, часто доказывал мне это с помощью маятника.

Древние традиции

Рефлекторные зоны — это «ареалы на коже и слизистых оболочках», структура, цвет и другие признаки которых дают нам возможность судить о нарушениях функционирования органов или структур тела, они также используются для лечения, (взято из словаря «Pschyrembel»).

Драгоценные камни играют главную роль во многих древних мифах и легендах. Мы считаем это показателем того, что человечество

использовало влияние камней уже во времена, когда письмо еще не было изобретено. Писатели античности и Средних веков, как, например, Хильдегард фон Бинген, позднее записали способы применения камней. Но в это время у драгоценных камней уже имела длинная история.

Массаж рефлекторных зон с использованием грифелей из драгоценных камней — это, однако, больше, чем только соединение двух методов. Это — синтез двух древних принципов лечения, которые энергетически дополняют друг друга.

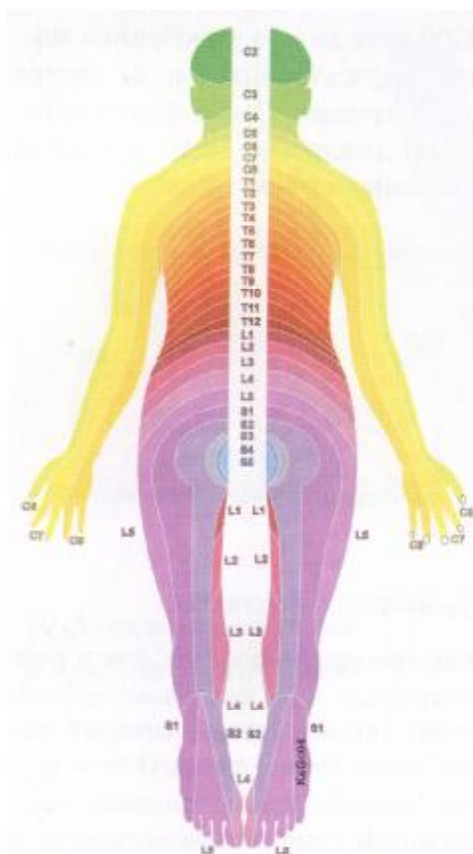
Рефлекторные зоны были известны уже на заре существования человечества. Здесь мы можем сослаться на традиции бушменов, племена которых, с одной стороны, стоят ближе всего к культурам каменного века, а, с другой стороны, являют нам татуировки на спине — достоверные свидетельства о рефлекторных зонах. Как австралийские туземцы, так и африканские бушмены используют раскраску тела и татуировки в ритуалах, посвященных здоровью, а когда мы глядим на рисунки на спине, то видим целую систему, которая удивительно похожа на акупунктуру. Если мы рассмотрим историю развития человечества, то узнаем, что лечение посредством рефлекторных зон применялось у нас в Центральной Европе уже на протяжении 1000 лет, а в гробнице египетского врача в Заккаре (около

2300 века до н. э.) изображен массаж рефлекторных зон на кистях рук и ступнях. Этому факту из истории медицины часто уделяется слишком мало внимания.

Тайна воздействия

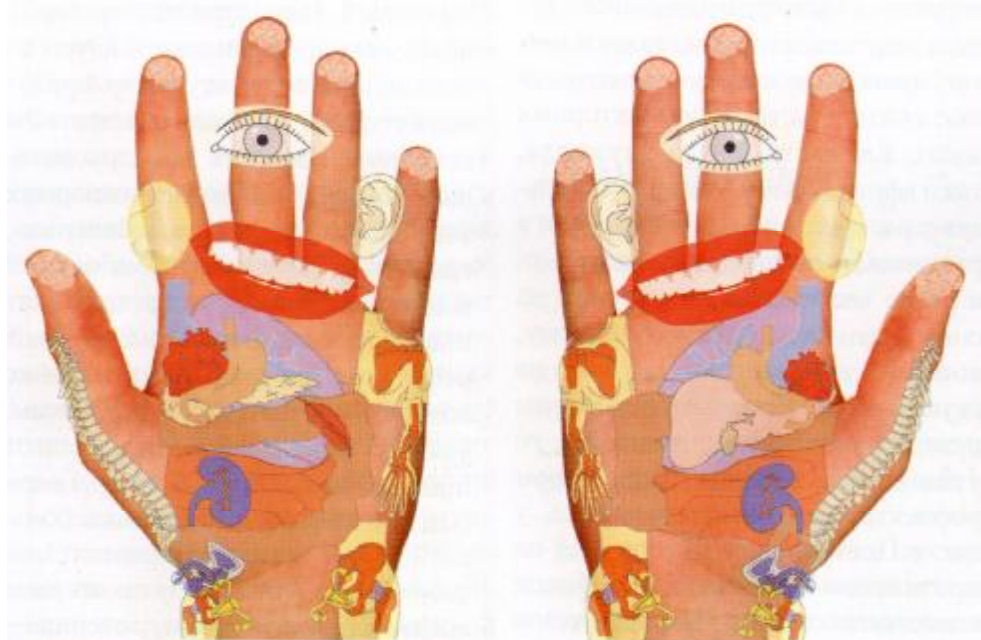
Как драгоценные камни, так и рефлекторные зоны оказывают воздействие таким образом, который для нас часто непостижим. И те и другие сначала использовались только интуитивно, потом магически и наконец более разумно для лечебных целей. Несмотря на некоторые исключения, современной науке до сегодняшнего дня не удалось придумать теорию, которая объясняла бы лечебную ценность как драгоценных камней, так и рефлекторных зон. Наука не может объяснить, как между рефлекторными зонами и внутренними органами проходят взаимосвязанные импульсы. Лишь рефлекторные зоны, расположение которых соответствует позвонкам, удалось научно объяснить — этот процесс начал в 1893 году Генри Хед. Однако все это длилось больше 30 лет, пока физиотерапевт Элизабет Диеке в 1929 году не открыла соответствующую форму лечения —

массаж соединительной ткани. Госпожа Диеке с 1928 года страдала болезнью, а именно, закупоркой артерий ног. Она уже получила направление на ампутацию ноги, когда вдруг, совершенно случайно, она почесала нижнюю часть спины, при этом ощутив своеобразный зуд в ногах. Благодаря последовательному применению этого самомассажа женщина смогла предотвратить потерю ноги и, к тому же, разработать новый метод лечения.



массаж соединительной ткани. Госпожа Диеке с 1928 года страдала болезнью, а именно, закупоркой артерий ног. Она уже получила направление на ампутацию ноги, когда вдруг, совершенно случайно, она почесала нижнюю часть спины, при этом ощутив своеобразный зуд в ногах. Благодаря последовательному применению этого самомассажа женщина смогла предотвратить потерю ноги и, к тому же, разработать новый метод лечения.

Вверху слева: Дерматомы
Внизу: Рефлекторные зоны рук



Рефлекторные зоны — карты нашего здоровья

На поверхности нашего тела, наряду с рефлекторными зонами спины, мы знаем, в среднем, около 30 других рефлекторных зон. Самые известные из них находятся на ступнях ног. Но и на кистях рук, лице или ушах можно обнаружить рефлекторные зоны, и мы позволим себе по праву назвать их картами нашего здоровья.

Справа: Рефлекторные зоны лица
Внизу: Рефлекторные зоны ступней ног
Внизу справа: Рефлекторные зоны уха

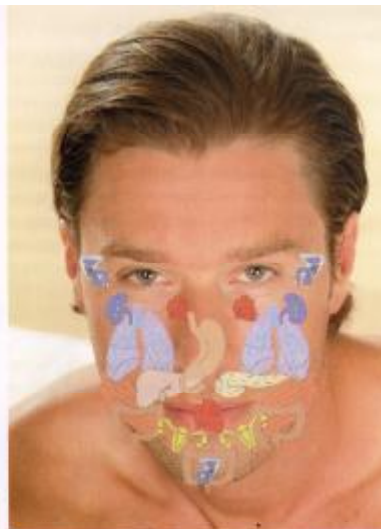
Рефлекторные зоны — карты нашего здоровья

На поверхности нашего тела, наряду с рефлекторными зонами спины, мы знаем, в среднем, около 30 других рефлекторных зон. Самые известные из них находятся на ступнях ног. Но и на кистях рук, лице или ушах можно обнаружить рефлекторные зоны, и мы позволим себе по праву назвать их картами нашего здоровья.

Справа: Рефлекторные зоны лица

Внизу: Рефлекторные зоны ступней ног

Внизу справа: Рефлекторные зоны уха



Связь драгоценных камней и рефлекторных зон

Мой личный путь к освоению рефлекторных зон начался при обучении массажу соединительной ткани. Реакции, которые вызывали несколько прикосновений пальцев к подкожной соединительной ткани, были просто невероятными. Люди могли глубоко дышать, исчезали боли в позвоночнике, устранялись нарушения работы мочевого пузыря, а кишечник возобновлял здоровую деятельность. Хотя действие могло быть также очень сильным — например, кишечник реагировал поносом или кровообращение временно ослабевало, даже могли возникнуть кратковременные головные боли. Но в большинстве случаев эти реакции исчезали после нескольких минут покоя. Позднее мне удалось узнать, что такие чрезмерные реакции могут иметь место также при использовании драгоценных камней.

Чем больше я осваивал работу с камнями и рефлекторными зонами, тем яснее становилось, что в обоих случаях речь идет об организации нашего энергетического поля и потоков энергии, которые действуют в нас.

Здесь пролегла, таким образом, граница между драгоценными камнями и рефлекторными зонами, которую я так долго искал. Когда я начал комбинировать и то и другое, то сначала результаты, к сожалению, не были такими убедительными, как я их себе представлял. Реакции людей отличались от моих представлений. Я испытывал нетерпение и чувствовал, что еще не нашел правильный способ действий.

Так началось время экспериментов. Хорошо, что мне оказали большую поддержку команда Марко Шрайера и консультант по драгоценным камням из Штутгарта Вальтер фон Хольст. Наконец именно Марко Шрайер подхватил мое предложение — шлифовать соответствующие минералы в форме грифелей. Так как я уже давно применял грифели из дерева для большей эффективности массажа, то был безгранично счастлив, что теперь можно применять камни в качестве грифелей. Как кинесиологические тесты, так и маятник моего отца подтвердили, что мы на верном пути. Большой конец грифеля шарообразно отшлифован, а другой завершается плавным острием — вот самая лучшая форма для массажа рефлекторных зон. С такими грифелями я мог, с одной стороны, освободить пальцы во время массажа,

а с другой стороны, приобрел также превосходные инструменты для лечения и в других видах массажа. Посредством толстого закругления можно осуществлять плоскостное воздействие, суженный конец великолепно подходит для целенаправленных точечных раздражений и меридианного массажа.

Первые грифели из драгоценных камней, которые имелись в моем распоряжении, были из аметиста, авантюрина, горного хрусталя, яшмы-брекчии, далматинского камня, думортирита, флюорита, красной яшмы, ландшафтной яшмы, мрамора «Пикассо», розового кварца, лазурита, и обсидиана с узором «снежинки». Из них сегодня едва ли можно с легкостью приобрести флюорит, думортирит и лазурит. Вместо них в нашем распоряжении есть богатый выбор среди халцедона, гематита, содалита, черного турмалина, а также некоторых других сортов камней. Как уже написал в предыдущей главе Михаэль Гингер, вы можете, если камни в виде грифелей отсутствуют, переключиться на удлиненные или другие камни, отшлифованные со всех сторон.

Несмотря на свои достижения, я все еще не обнаружил, как по-настоящему разбудить дремлющую энергию грифелей из драгоценных камней. Но, по меньшей мере, многократно подтвердились уже два принципа: во-первых, то, что конец грифеля в форме капли вытягивает из ткани энергию, и, во-вторых, то, что острие дает энергию. Это было ясно при работе, прежде всего, с грифелями из горного хрусталя. Благодаря такому лечению проходили головные боли, проблемы в области бедер и плохое самочувствие во время менструаций — и все это из-за массажа соответствующих областей в рефлекторных зонах кисти и стопы, используя широкое закругление камня. Один мой хороший друг вынужден был, однако, поплатиться за массаж, сделанный острием аметиста в области плеча, усилением болей.

Со временем становилось все яснее: для лечения кризисных состояний с избытком энергии необходимо использовать толстую сторону грифеля «уравновешивающих» камней, в то время как при хронических состояниях, связанных с недостатком энергии, следует массировать острием «активизирующих» камней.

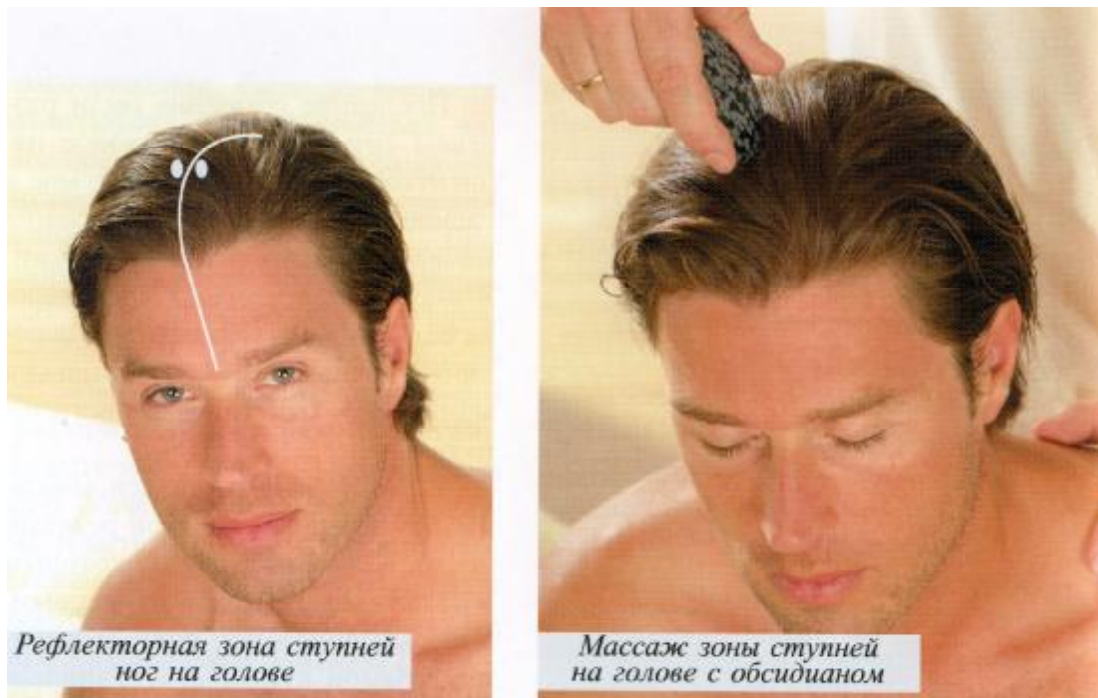
Но для меня еще оставалось загадкой, как лучше соотнести качества камней с рефлекторными зонами, поскольку, в отличие от наложения камней, свойства грифелей во время относительно короткого массажа рефлекторных зон недостаточно проявились и наблюдаемые воздействия можно было объяснить влиянием на рефлекторные зоны.

Все эти сомнения были устранены на практике. Во время массажа рефлекторных зон стопы налаживалась работа кишечника и органов пищеварения, хотя я не уделял этим рефлекторным зонам особого внимания. Коричневая ландшафтная яшма, которую я применял для этого массажа, оказалась, однако, явно рассчитана по своему действию на эту систему органов.

В другой раз я очень легко погладил грифелем из красной яшмы зоны головы и затылка на руках. После этого у пациента внезапно возникла головная боль. Когда я затем сразу же использовал авантюрин, то ситуация немедленно разрядилась и боль исчезла.

Последние сомнения были развеяны ситуацией, связанной с пациенткой, которая пришла ко мне в кабинет с жалобами на воспаление мочевого пузыря и холодные ноги. Я знал: в рефлекторных зонах черепа есть одна область, которая абсолютно точно в течение нескольких минут согревает холодные ноги изнутри.

Но как же я был удивлен, массируя эту зону, что никакой реакции не последовало! Камень, которым я делал массаж, оказался первым, который попал под руку, а именно, мрамор «Пикассо». Удивленный неудачей, я поменял камень и интуитивно выбрал «классику» для холодных конечностей — обсидиан с узором «снежинки».



Рефлекторная зона ступней ног на голове

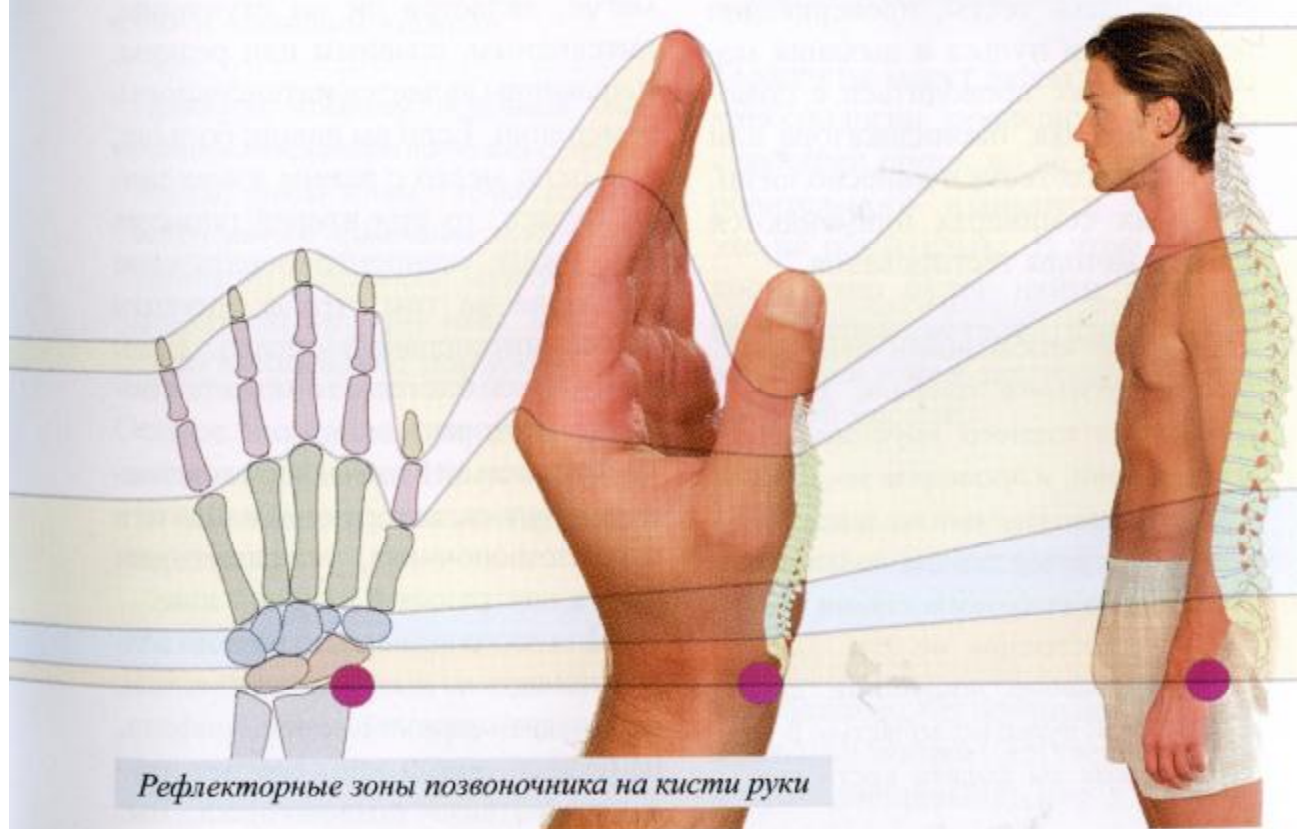
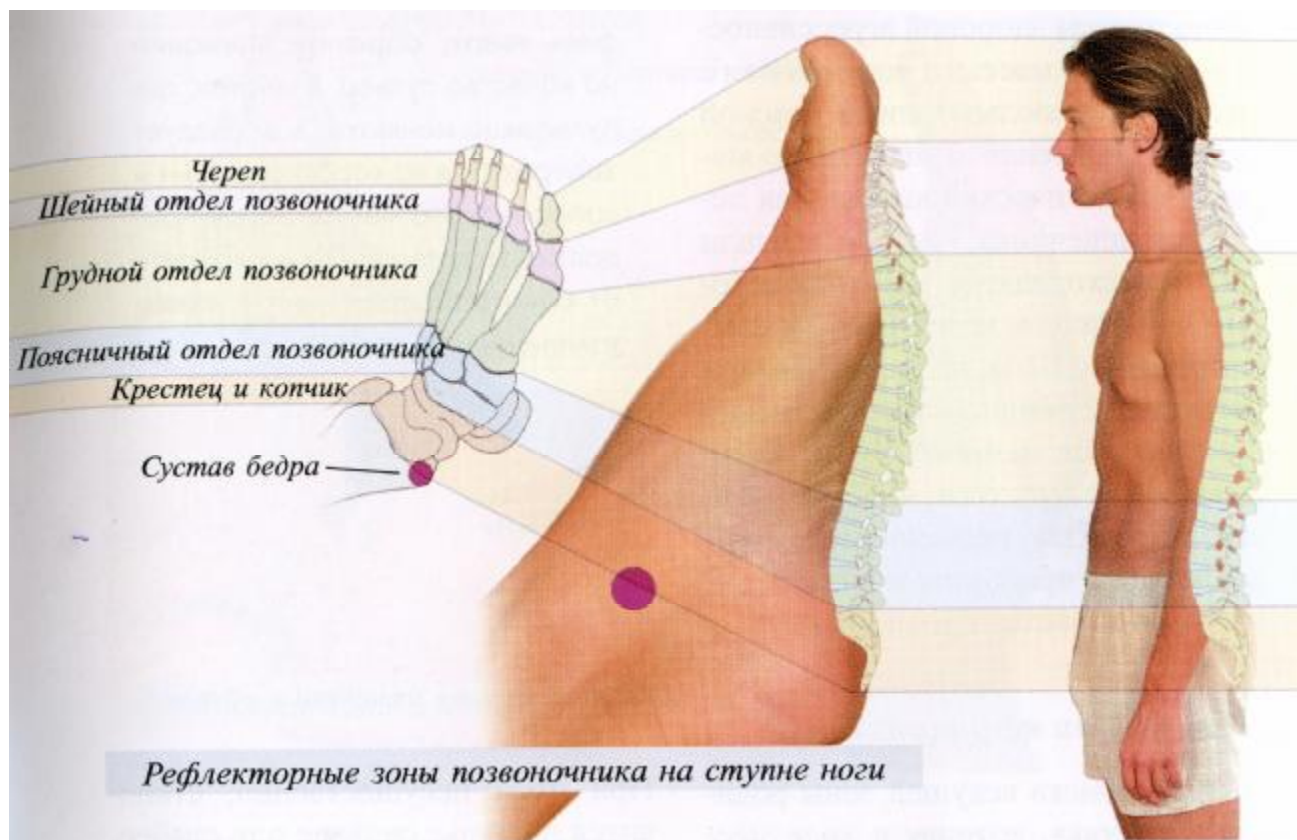
Массаж зоны ступней на голове с обсидианом

Моментальное ощущение, которое после этого возникло у пациентки — зуд и прилив энергии в ступнях ног — окончательно убедило меня, что воздействие грифелей из драгоценных камней на рефлекторные зоны представляет исключительно полезную комбинацию.

Сначала я во время массажа рефлекторных зон очень часто менял грифель. Когда оказывалось, что какой-либо другой орган был не в порядке, всегда находился новый грифель, который я проверял в действии. С ростом моей коллекции грифелей из драгоценных камней и частой их заменой мне стало ясно, что я нуждался в другом методе, который позволял бы более спокойный массаж. Позднее, благодаря практике и беседам, я выяснил:

Во время массажа рефлекторных зон драгоценными камнями цель в том, чтобы достичь ведущей зоны — той рефлекторной зоны, которая, в высшем смысле, показывает воздействие массажа, а также освобождает.

Как только неполадки в этой рефлекторной зоне устранены, то налаживается работа и других зон по типу «эффекта домино». Если, например, есть проблемы в переваривании пищи, то это может объясняться несколькими причинами, например, слабой функцией желчного пузыря или проблемами с желудком и, конечно, нарушениями в работе кишечника. Самое главное — выявить предмет массажа зон кишечника. Что касается остальных второстепенных причин, то, устраняя их, мы сможем достичь только кратковременного облегчения. То же имеет место и в энергетической области.



Слабая функция желчного пузыря, связанная с отсутствием желаний или недостатком здоровой агрессивности, требует массажа зон желчного пузыря с использованием красной яшмы. Применяя ландшафтную яшму — классический камень для лечения кишечника, мы последовали бы неподходящему энергетическому принципу и успех был бы сомнительным. Если, напротив, найден ведущий принцип, то нарушения устраняются намного легче. Ведущая зона стоит того, чтобы ее найти. К счастью, рефлекторные зоны облегчают принципы поиска зоны, которая является проблемной.

Как найти ведущую зону?

В ходе поиска ведущей зоны родилась техника, которая в ходе массажа рефлекторных зон в полной мере оправдала мои надежды. Описанные здесь тесты, проверяющие особенности пульса и дыхания могут, конечно, проводиться с помощью маятника, биоиндикатора или мускульного теста в кинесиологии. На моих семинарах применяются все эти методы тестирования. Для того чтобы найти ведущую зону, возьмите грифель, лучше всего из горного хрусталя или халцедона, и проведите им, слегка прикасаясь, снизу вверх по рефлекторным зонам позвоночника на кисти руки и ступне ноги (см. иллюстрации на стр. 105). Одновременно нащупайте другой рукой пульс на запястье. В то время как вы будете вести грифель вверх, обратите внимание на качество пульса. В местах, где пульс явно меняется, вам следует задержаться на короткое время и запомнить это место. Затем продолжайте дальше: так вы найдете от одного до трех мест с явным изменением пульса.



При этом несущественно, становится ли пульс сильнее или слабее, медленнее или быстрее, напряженнее или свободнее, жестче или мягче, является ли он стучащим, нитевидным, плавным или редким. Решающим является интенсивность изменений. Если вы нашли больше, чем одно место с явным изменением пульса, то при второй попытке вы можете сконцентрировать свое внимание на том, чтобы ощутить самый интенсивный сигнал. Если вы еще колеблетесь, то можете снова все повторить.

Точка самого интенсивного изменения пульса, которую вы найдете в зоне позвоночника, указывает нам путь к центральной ведущей зоне.

Для этого вам нужно плавно воздействовать из этой исходной точки, используя широкий конец грифеля, на рефлекторные зоны соответствующего «этажа» позвоночника. Вы, «Техника подъема» и «поиск этажей» так сказать, проверяете «коридор», который находится на этом «этаже». Мы называем это «техникой подъема» и «поиском этажей».



Применяя «технику подъема», мы поднимаемся вверх по позвоночному столбу, чтобы затем в точке самого интенсивного изменения пульса изменить по горизонтали направление для поиска

ведущей зоны, которая будет находиться на этом уровне.

Особое внимание при этом обращайтесь на дыхание. Вы установите, что ваш пациент / пациентка дышат по-разному.

В том месте, где ваш пациент начинает дышать чаще или дыхание совсем прерывается, вы нашли ведущую зону! Если вы ощупаете это место пальцами, то почувствуете, что оно ощущается как-то по-другому, чем соседние области.

Терапевты могут затем с помощью кинесиологии проверить соответствующий орган, но во время оздоровительного взаимного массажа это не обязательно. В этом случае достаточно будет найти подходящий грифель, устранить нарушения в ведущей зоне и затем сделать прекрасный массаж.

Грифели из каких драгоценных камней лучше всего подходят для работы?

Когда рефлекторная зона реагирует неправильно, то возникает принципиальный вопрос: «Нуждается она в уравнивании или в активизации?» Чтобы выяснять это, возьмите в руку грифель из «успокаивающего» камня, например, авантюрина. Прикоснитесь им к ведущей зоне, обращая внимание на дыхание вашего пациента, пусть он сделает 4-5 вдохов.

Если дыхание становится дольше, глубже или спокойнее, то грифель из этого камня подойдет. Вы можете запомнить, что это за грифель, и позднее использовать его для массажа.

Если дыхание становится беспокойнее или не меняется, проверьте тем же самым способом ведущую зону, используя грифель из камня с возбуждающим действием, например, из красной яшмы. Грифель выбран правильно, если человек хорошо себя чувствует и не возникают затруднения с дыханием. Тогда вдохи становятся глубже и спокойнее — при возбуждении происходит обратное! Даже если реакция после нескольких замен грифелей ослабевает, вы можете в любое время повторить этот тест.

Чтобы выяснить, нужно ли возбуждать или успокаивать ведущую зону, мы прикасаемся к ней грифелями из камней с возбуждающим или успокаивающим действием. Если дыхание при использовании какого-либо грифеля становится спокойнее или глубже, то сделан правильный выбор.

Так же, как и при «технике подъема», здесь можно применить контроль за пульсом. Обычно вначале достаточно бывает трех грифелей для массажа рефлекторных зон: в качестве нейтрального камня для тестирования — горный хрусталь, для успокоения — авантюрин и для возбуждения — красная яшма.

Те, кто уже имеет некоторые знания, могут расширить свой выбор: для нейтрального тестирования подходит также халцедон и розовый кварц, для успокоения можно применять агат, серпентин или содалит, а для возбуждения рекомендуется также использовать гелиотроп, оранжевый кальцит или обсидиан. С опытом вы сможете,

кроме того, сами проверять подходящее качество камней для терапевтического применения.

Как устранить нарушения в ведущей зоне?

Выбрав подходящий грифель, мы уже провели почти половину массажа. Однако до этого нужно устранить основные нарушения в ведущей зоне.

Для этого устранения основных нарушений оставьте ваш грифель, оказывающий легкое давление, лежать спокойно и без движения на ведущей зоне так долго (1-3 минуты), пока ваш пациент глубоко дышит.

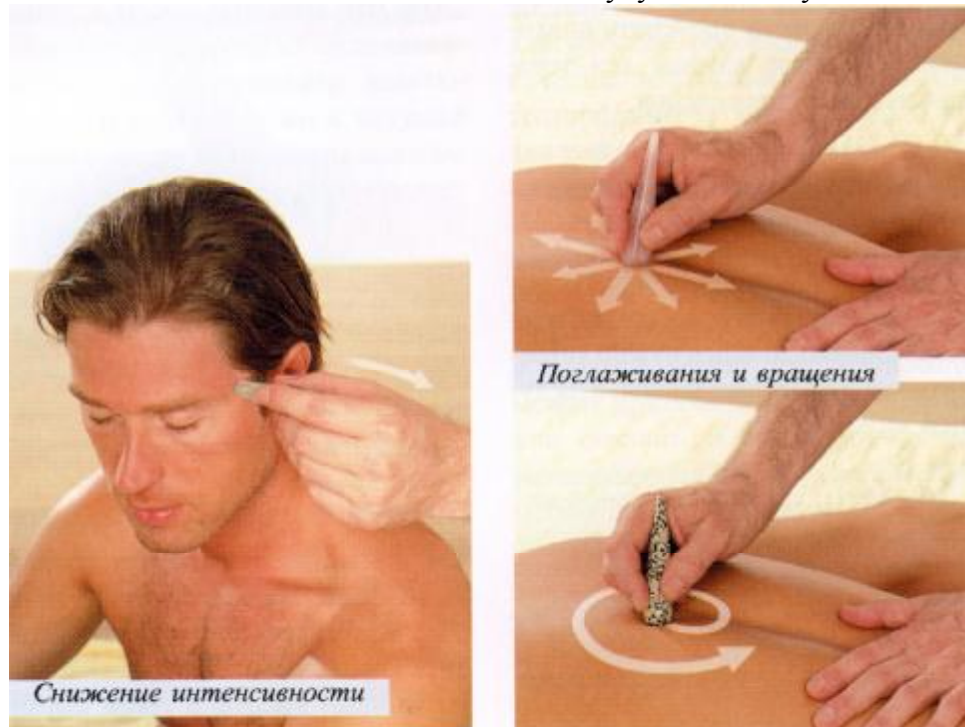
Часто этот процесс даже сопровождается вздохами. Одновременно вы ощутите, что ваш грифель по-настоящему погружается в тело. Это — признаки того, что вы устранили основные нарушения в ведущей зоне. Теперь вы можете приятными медленными поглаживаниями и вращениями массировать оставшиеся рефлекторные зоны.

Чтобы установить различия, вы можете в виде эксперимента сделать массаж рефлекторных зон без устранения основных нарушений в ведущей зоне, а после этого — массаж с устранением основных нарушений. Этот маленький тест до сих пор убеждал всех.

Если в ходе этого массажа выявятся следующие рефлекторные зоны, то также проведите в них устранение основных нарушений. Как и раньше, вы остаетесь со своим грифелем на месте и ждете, пока расслабятся дыхание и ткани пациента / пациентки.

Полный массаж в такой форме может длиться, в зависимости от системы рефлекторных зон и постановки цели, около 3 минут — например, при быстром лечении на руках, и до часа — при основательном массаже рефлекторных зон спины или ног.

Во время этого массажа вам следует всегда принципиально обращать внимание на то, что все приемы и методы массажа в целом благоприятны. Если все-таки какой-либо импульс неприятен или даже болезнен, то интенсивность нужно снизить, пока прикосновение или прием массажа для обоих — вас и вашего пациента — не будут снова ощущаться как приятные.



Закончив лечить рефлекторные зоны, вы можете еще раз основательно помассировать руками всю систему рефлекторных зон — кисти рук, стопы ног или спину, а после этого предоставить своему пациенту / пациентке немного покоя для завершения массажа. Как показывает практика, «противоположный» сеанс лечения нельзя делать сразу после окончания массажа. Намного лучше будет, если вы исключительно для вашего пациента выделите вечер или сеанс и проведете «противоположный» вид массажа в другой день. Благодаря этому как вы, так и он получите от массажа намного больше пользы.

Как действуют эти энергии?

Даже если техника массажа рефлекторных зон с помощью грифелей из драгоценных камней очень проста, она оказывает удивительно глубокое воздействие. Чтобы читатель лучше понял эти взаимосвязи, я хотел бы сделать краткий экскурс в теорию рефлекторных зон. Если мы рассмотрим неврологические характеристики тела, то увидим, что каждый орган связан с позвоночником. Отсюда информация передается дальше, на соответствующие «этажи», здесь находятся приемники-распределители на пути в мозг, отсюда исходят сигналы управления для кожи, и здесь сообщения, полученные от кожи, перерабатываются. Короче говоря: позвоночник — это наша центральная энергетическая труба, наш автобан с данными и подъемник разных видов сообщений. Особенно важна эта информация, когда возникают нарушения. Если, например, нарушена работа

кишечника, то сигнал тревоги поступает в регуляторные центры, а в соответствующих рефлекторных зонах спины возникают после этого типичные реакции: распухает подкожная ткань, изменяется натяжение кожи, и из-за повышенного местного кровоснабжения развивается легкое покраснение.

Появление этих реакций на спине и груди наука объясняет наличием неврологических переключений в сегментах позвоночника. Во всех остальных рефлекторных зонах эта модель не действует, что хорошо видно на примере правой почки. Эта почка отвечает в своих зонах на спине за непосредственное управление, которое переключается в позвоночнике.

Считалось, что от почки к ее рефлекторным зонам на ступнях ног, кистях рук, ушах или лице управления нервами нет. Однако как раз наличие этой рефлекторной зоны на ступнях ног было подтверждено университетом Инсбрука в 1999 году. Вообще, рефлекторные зоны, которые Хед открыл в XIX веке, положили начало неврологии. В то время также изобрели электричество, и соответственно, для объяснения наличия рефлекторных зон спины применялись электромеханические поясняющие модели с кабелями и радиорелейными станциями, которые были тогда

сверхсовременными. Но сегодня они больше не являются исчерпывающими для объяснения действия рефлекторных зон.

Чтобы лучше понять феномены рефлекторных зон и лечебных камней, нам следует думать по-другому. Новейшие методы исследования должны ориентироваться на актуальные данные науки и, в особенности, на исследования биофотонов Поппа, а также на современную теорию передачи информации в сетевых системах. При этом мы должны понимать, что последующие поколения так же будут улыбаться нашим объяснениям, как мы сейчас смеемся над некоторыми представителями медицины, которые все еще остаются во власти старых представлений об электромеханических моделях мышления.

Уже в 70-х годах XX века, благодаря исследованиям Ф. А. Поппа, мы получили подтверждение тому,

что человек обладает энергетическим полем и что точки и меридианы акупунктуры являются уплотнением этого поля. Кроме того, Попп смог доказать, что все наши клетки контактируют между собой как в огромной мобильной радиосети с помощью ультраслабого лазерного света. Посредством этой коммуникации наши клетки получают, как до сих пор было неизвестно, обилие информации. Если мы возьмем эту радиосеть за основу модели, то органы и рефлекторные зоны получают свои электронные адреса. По ним правая почка, работа которой нарушена, может теперь послать свое сообщение коже, а рефлекторные зоны — послать почке полученные сигналы о раздражении во время лечения. В соответствующем месте назначения информация преобразовывается в форму реакций кожи, ткани или органов. Одновременно, вся информация также поступает в вышестоящие центры, которые затем приводят в движение нервные клетки и влияют на наше психическое состояние. При нашей современной сетевой технике компьютер в Мюнхене может послать документ на печатающее устройство в Гонконге, а мы позволим себе предположить, что наш организм со своими более чем 50 миллиардами клеток функционирует значительно более эффективно, чем наши технические новшества.

Драгоценные камни мы можем представить себе в этой модели в качестве усилителей частоты, которые поддерживают определенные виды энергии и ослабляют другие, предоставляют в наше распоряжение дополнительную информацию, а энергию массажистов, отфильтровав, отправляют дальше.

Насколько полезна эта модель? Вопрос, в конечном счете, может оставаться открытым. Если в Библии написано: «По их делам вы их узнаете», то это относится также к воздействию на рефлекторные зоны грифельми из драгоценных камней. Фактом является то, что такой массаж воздействует положительно, даже если мы не все еще можем объяснить. Миллионы сеансов лечения во всем мире доказали это, и вся история человечества — красноречивое свидетельство тому. Мы относимся к тем, кто пишет эту историю дальше на своих ежедневных массажах. Внесите и вы свой вклад — прочтите и начинайте прямо сегодня свой, может быть, первый массаж рефлекторных зон грифельми из драгоценных камней!

Встреча с новым массажем

В 2002 году в Идар-Оберштайне проходил симпозиум, посвященный изучению лечебных камней. Когда я посетила демонстрацию расслабляющего массажа Торстена Форбродта, то обратила внимание на гармонизирующий массаж янтарем. Массаж драгоценными камнями мне уже был известен, так как, обучаясь у Михаэля Гингера, я, среди прочего, познакомилась с энергетическим массажем тела. Я также постоянно пробовала различные камни для массажа при различных недугах, и результаты подтверждались снова и снова. В свете всего перечисленного, мое стремление делать массаж с использованием янтаря очень скоро реализовалось, и к сумме моего прежнего опыта прибавилось новое переживание.

Гармонизирующий массаж

Для массажа я всегда использую широкую и удобную специальную тахту. Моим клиентам она очень нравится, а мое тело также может, благодаря удобному положению во время массажа, максимально расслабиться. Если у вас нет такой тахты, то вы, конечно, можете массировать и на полу. Я обращаю внимание на то, чтобы температура помещения была приятна клиенту, заранее готовлю одеяло и включаю тихую расслабляющую музыку в качестве фона. По желанию, я могу расслабить колени клиента с помощью валика, и я также охотно даю ему подержать в руках маленькие камни янтаря.

Сам массаж начинается со стоп ног, клиент лежит на спине (в этом положении я могу массиру-

вать сидя). Массаж можно проводить с использованием массажного масла (на основе жожоба, зверобоя) или без него, но с массажным маслом ощущения у клиента приятнее. До начала массажа я беру в руки обе пятки клиента и стараюсь почувствовать ритм его тела по дыханию или пульсу в голеностопном суставе. Я настраиваюсь на это, расслабляя ноги клиента, если это необходимо, с помощью различных релаксационных упражнений (например, поглаживая верхнюю часть ноги до пальцев, делая вращения на голеностопных суставах кончиками пальцев, легко потягивая отдельные пальцы — на обеих ногах одновременно и так далее). После этого стопы ног, расслабленные настолько, насколько возможно, располагаются на тахте так, чтобы я легко могла достать их нижнюю и внутреннюю стороны. Подошвы ног я массирую легкими круговыми движениями янтарных камней по зонам-чакрам.

Во время круговых движений массажа янтарем правильным движением всегда считается — как уже говорилось в главе об энергетическом массаже Михаэля Гингера — «более легкое направление вращения». Передвигайте камни, ощущая их кончиками пальцев, так, как получается проще всего и как вы сами лучше чувствуете.

Зоны-чакры подошвы стопы



Зоны-чакры на подошвах ног приблизительно соответствуют зонам, используемым при рефлексогенном массаже стоп. Посредством этого массажа можно гармонизировать отдельные органы. Возможные шумы в животе подтверждают расслабление отдельных органов. Таким образом, контакт с телом клиента создан, и он может теперь, по всей видимости, успокоиться.

Я массирую янтарными камнями обе стопы — одновременно, медленно и равномерно. Направление массажа такое, как на иллюстрации.

Длительность массажа отдельных точек индивидуальна. Положитесь на свое чувство и обращайтесь также внимание на самочувствие своего пациента.

Затем снова следует массаж обеих стоп одновременно и подъема стопы от пальцев до голеностопного сустава.

Массаж: янтарем подошвы стопы



Массаж янтарем подошвы стопы

Следует обращать особенное внимание на голеностопные суставы с внутренней и внешней стороны ног, массируя их янтарем легкими круговыми движениями.



Массаж янтарем подъема стопы

Ноги затем массируются по отдельности, а янтарь остается лежать на голеностопном суставе неподвижной ноги. Если он не лежит, то следует его зафиксировать маленьким носовым платком. В это время другая нога массируется от голеностопных суставов до коленного

Массаж янтарем подъема стопы

сустава. Я всегда стараюсь поддерживать контакт с телом клиента обеими руками. Прежде чем начать массаж другой ноги, я кладу янтарь на колено пациента. Там он и лежит, пока также не будет сделан массаж противоположной ноги с янтарем, который до этого был положен на голеностопный сустав, до колена. После этого янтарь и здесь кладется на колено.

Затем колени снова массируются синхронно, круговыми движениями. Замечу, что как раз в области коленей скапливаются ядовитые вещества, которые в неблагоприятных случаях могут привести к артрозу или артриту.

То, что мы уделяем особенное внимание коленям, способствует активизации кровоснабжения и выводит возможные шлаки.



Массаж янтарем бедер

Теперь таким же образом, как голени, массируются бедра.

Массаж янтарем бедер

В заключение кладем янтарные камни на середину бедер. Не позднее этого момента обе ноги следует закрыть одеялом, чтобы удерживать активизированное тепло.

Таким же образом, как ноги и стопы, по завершении массажа массируются янтарем руки и кисти рук.

1. Внутренние поверхности рук от запястья до кончиков пальцев.

2. Тыльная сторона кисти руки от кончиков пальцев до запястья.

Нужно положить янтарь на запястье одной руки, пока массаж другой руки не будет закончен.

Затем кладем янтарь и на запястье этой руки,

продолжая массаж в области предплечья. Следующую паузу мы сделаем в области локтевого сустава.

Мы, как правило, мало обращаем внимания на локтевой сустав. Только представьте себе: вам нужно работать с компьютером или вести автомобиль, а у вас нет локтевых суставов...

Уделяя внимание этому месту, мы обретаем два преимущества:

- обращаем внимание на этот важный сустав («Энергия следует за вниманием» — древняя мудрость шаманов);
- активизируем распределение крови и кислорода в этой области сустава легкими, круговыми, осознанными движениями с янтарем.

Теперь мы также оставляем янтарь лежать на локтевом суставе той руки, которую массировали сначала, делая, в то же время, массаж другой руки. Затем и на локтевой сустав этой руки кладем янтарь, а затем аналогичным образом продолжаем массаж в области плеча. Следующая пауза — это плечевой сустав.

Плечевому суставу мы также уделяем особенное внимание посредством легких, круговых, осознанных движений янтарем.

Наши плечевые суставы, между прочим, соединяют мускулами и нервами голову с телом и руками. Мускулы плеч также нуждаются в нашем особом внимании. Пишем

ли мы, едим, поворачиваем голову, что-то несем, спим и так далее — независимо от того наши плечи всегда задействованы при выполнении любого движения. Говоря, что нам это «по плечу», тем самым мы хотим сказать, что в состоянии справиться с этим.



До этого момента мы активизировали энергию в конечностях и направляли ее в туловище. Кроме того, благодаря массажу чакр на стопах ног мы уделили внимание внутренним органам. В ходе дальнейшего массажа мы обращаемся к мускулатуре груди и ее связкам, поглаживая янтарем поверхность от верхней области груди до плечевых суставов.

Вслед за этим поглаживаем мускулатуру затылка по обе стороны шеи и до плечевых суставов. Передняя сторона шеи не массируется из-за чувствительности гортани и щитовидной железы! Затем я провожу плоскими ладонями так далеко, как только возможно, под туловищем

Поглаживание груди

лежащего клиента, потом сжимаю ладони в кулаки и провожу ими вдоль позвоночника клиента до плеч. Этот прием очень приятен для спины, которая, как правило, напряжена, поэтому я повторяю его несколько раз.



Теперь я кладу янтари на скуловые кости и очень нежно беру голову клиента руками на некоторое время. Наше внимание — мое и клиента — направлено на область головы. Тело, по желанию, может быть закрыто. Спокойно и медленно я убираю свои руки и даю клиенту время воспринять разницу. Уже в более расслабленном состоянии он может теперь наслаждаться массажем лица.

Файл взят с сайта
www.gigabooks.ru,
на котором еще
много интересной
литературы.

Скачать бесплатно:
журналы, учебники,
художественную
литературу, детскую,
техническую,
компьютерную
и многое другое.



Я начинаю поглаживать небольшими круговыми движениями поверхность лица от скуловых костей по направлению к ушам.

После этого я опускаю камень на подбородок, другим камнем массирую лицо от кончика носа до корней волос. Движение заканчивается в воздухе! Тем самым я предотвращаю возможный избыток энергии в голове (массажные движения повторяются, в зависимости от ситуации, много раз).

Приподнять голову руками

Далее массаж продолжается двумя камнями под губами: нежными движениями массируется нижняя челюсть до челюстного сустава. Затем я начинаю массаж выше губ на верхней челюсти и массирую там сбоку, до челюстного сустава.

Круговые поглаживания до ушей

У внешней точки бровей янтарные камни применяются по-иному. Небольшими кругами я массирую теперь кожу вокруг глаз до переносицы; отсюда по обеим сторонам носа по направлению вниз, через уголки рта к подбородку — и снова медленно назад, к челюстным суставам.



Теперь камни располагаются на переносице. Я ритмично поглаживаю лоб клиента до корней волос.

После этого я откладываю камни в сторону и, в заключение, тереблю одновременно обе ушные раковины. Пока мои раскрытые ладони перемещаются от затылка под голову клиента (мои руки образуют чашу), физический контакт еще какое-то время продолжается. Глубокий вдох и выдох клиента показывают момент, когда нужно закончить массаж. Теперь клиенту нужно еще, по меньшей мере, 8 минут, чтобы отдохнуть.

Ритмичное поглаживание лба до корней волос

Массаж янтарем вызывает чувство циркуляции тепла в теле, так что избыток или недостаток энергии в различных областях тела можно гармонизировать.

Янтарь великолепно подходит для этого вида массажа благодаря своей особой электромагнитной вибрации.

Гармонизирующий массаж янтарем

1. Зоны-чакры на стопах синхронно.
2. Подъем стопы и голеностопные суставы синхронно.

3. Последовательно правую и левую голень.
4. Коленные суставы синхронно.
5. Последовательно правое и левое бедро.
6. Последовательно правую и левую кисть, изнутри и снаружи.
7. Последовательно правое и левое предплечье с локтями.
8. Последовательно правое и левое плечо с плечевыми суставами.
9. Плечи и область груди.
10. Боковая и задняя области шеи.
11. Зоны лица.
12. Дадим возможность клиенту прочувствовать массаж.



Ход массажа янтарем

Янтарь любит «подзаряжаться» на солнечном месте в ветвях деревьев или в низинах. Кроме того, он у меня принимает ванну в звенящей чаше! Надо просто добавить в чашу немного воды, туда же положить янтарь и дать зазвучать очищающим звукам.

Массаж шарами

(из драгоценных камней)

Массаж шарами из драгоценных камней — это лечение тела с обширным воздействием.

Массаж шарами воздействует

одновременно возбуждая и расслабляя и способствует лучшему ощущению своего тела.

Массаж шарами

При этом виде массажа мы массируем пациента, совершая на его теле различные движения с различным нажимом шаром из драгоценного камня. Массаж начинается в области бедер, затем выполняется на всей области спины с соответствующим нажимом. Потренировавшись, таким образом можно массировать все тело. Массаж шарами расслабляет мускулатуру и способствует кровоснабжению, дает лучшие телесные ощущения и явно повышает жизненную силу. Физические блокировки и их психические и духовные предпосылки могут быть также устранены с помощью этого вида массажа.

Физические зажимы могут иметь различные причины. Иногда они возникают просто из-за физического перенапряжения, но часто причиной становятся эмоциональные и духовные переживания.

Недостаточно массировать только одну область в течение длительного времени. Хорошая терапия охватывает человека в целом, познает его и овладевает потоком энергии между духом, душой, разумом и телом!

В массаже шарами приоритет отдается телу — массируются «блокировки», которые со временем уплотнились. Это имеет последствия для всего организма, однако преимущественно влияет на тело. Когда внимание уделяется

телу, то на его языке отчетливо проявляется то, что накопил человеческий «компьютер». Если это осознается в ходе массажа, то мы можем соответственно реагировать, при необходимости, приспособляясь к жизни или стремясь ее изменить.

Что такое тело

Человеческое тело — это необыкновенно сложное, живое единство. Структура, движение и функции органов сообщаются между собой и зависят друг от друга.

Наше тело — комплексная система, состоящая из миллиардов отдельных клеток. И все-таки мы знаем, что происходит в маленьком пальчике ноги, и даже не задумываемся о кровоснабжении. Наше тело функционирует загадочным образом, причем люди не отдают ему за это должное.

Представьте себе предприятие с некоторым количеством сотрудников — сколько всего требуется, чтобы оно функционировало и было гармоничным целым! Можно уверенно заключить, что гармоничное сотрудничество совсем не так просто: нужно точно установить, кто за что несет ответственность, необходимы совместные заседания, чтобы определить сиюминутное положение дел, требуется постоянная совместная работа. Если даже один член команды плохо работает, то это имеет последствия для всех.

Наше тело — чрезвычайно большая организация, имеющая много различных областей. И, в общем и целом, оно функционирует невероятно хорошо. Относимся ли мы к нему с приличествующим уважением или считаем его работу само собой разумеющимся делом?

Однако с того момента, когда наше тело больше не функционирует безупречно, мы начинаем принуждать его работать. Может быть, мы не обращаем внимания на легкие знаки маленьких нарушений, так как живем в очень активное, даже лихорадочное время. Существует очень много возможностей развлечься и забыть...

Если мы «не в форме», мы часто узнаем о сигналах изменений не вовремя.

Коммуникация в теле

Коммуникация клеток осуществляется различным образом и с различной быстротой. Самый медленный «транспорт» представляет собой кровеносная система. С ее помощью посланники всей гормональной системы — белые и красные кровяные тельца, факторы свертывания крови и питательные вещества доставляются в различные области тела. Каждая отдельная клетка нуждается в кислороде, переносимом кровью, чтобы выполнять свои функции, так как он отвечает за процессы сгорания и обмена веществ. Продукты распада и двуокись углерода также выводятся кровью.

Кроме того, у нас есть нервная система, которая очень быстро передает информацию, посылая электрические импульсы отдельным клеткам. Их скорость мы узнаём, когда, например, обожгли палец. Известно три вида нервной ткани:

® Вегетативные нервы воздействуют на неосознанные физические процессы, такие как, например, деятельность желез, активность органов и так далее.

® Моторные нервы сообщают двигательные импульсы.

® Сенсорные нервы дают чувственные впечатления, отвечая за осязание, восприятие температуры, чувство боли и так далее.

Нервные волокна пронизывают все наше тело, которое похоже на сильно разветвленное дерево. Начало они берут в мозге, а затем проходят по спинному мозгу наружу. Между отдельными позвонками соответствующим местом выхода является пучок нервных волокон. Рядом с позвончиком находятся скопления нервных узлов, от которых нервы ведут к телу и конечностям. Определенный пучок нервов обслуживает «свои» области тела — кожу и мускулы, а также систему органов. Если в одной из этих областей есть блокировка, то она со временем обнаружится и в других относящихся к ней зонах, так как измененный нервный импульс пронизывает и соседние области.

Еще один информационный поток существует в системе меридианов — энергетических путях, которые были известны и применялись для лечения на Дальнем Востоке с древних времен. Меридианы связаны с конкретными

органами, но проходят также и по определенным областям тела. По меридианам информация передается в обоих направлениях, поэтому шрамы и энергетические блокировки могут мешать потоку энергии.

Наконец, тело знает еще один информационный путь через биофотоны (световые импульсы), прямую коммуникацию клеток (см. главу о массаже рефлекторных зон).

Эти комплексные коммуникационные системы, которые многократно пересекаются и внутренне связаны, явно показывают, что никакое воздействие на тело не может оставаться только локальным. Оно всегда распространяется на единое целое и влияет, в конечном счете, также на душу, разум и дух.

Двигательный аппарат

Без двигательного аппарата, то есть без костей, суставов и мускулатуры человек был бы совершенно не способен двигаться.

Взрослый человек имеет около 200 костей, и движения осуществляются благодаря приблизительно 277 парным и 3 непарным мускулам скелета. Как раз произвольная мускулатура скелета, а именно, мускулы, подчиненные нашей осознанной воле, часто выдают наше душевное состояние. Если мы постоянно находимся «под напряжением», то и напряжение мускулов, их тонус, будут скорее слишком высокими. Если мы суетливо, судорожно приступаем к какому-либо делу, то, по всей вероятности, мускулатура будет отображать наше судорожное состояние. Если мы взваливаем на себя слишком много дел или не можем освободиться от рутины, то это отражается на верхней области спины (почти так, как если бы мы все время несли тяжелый рюкзак). Таким же образом определенное упрямство человека может отразиться на физическом уровне в крепком затылке. Речь при этом часто идет не о наших одномоментных мыслях — они постоянно меняются, — а об основополагающей внутренней позиции.

Если появляются боли и растяжения, значит, мускулатура потеряла свою эластичность, что может привести к более слабому снабжению отдельных клеток энергией. Тогда и отходы обмена веществ будут также оставаться в клетке, а обмен сократится. Это приведет к тому, что нормальное развитие в еще большей степени будет затруднено. Здесь положение может исправить массажист. Целенаправленное воздействие массажа может улучшить циркуляцию крови и восстановить эластичность мускулатуры.

Позвоночник и таз

Позвоночник — это наша ось жизни, середина между правой и левой стороной тела. Благодаря его гибкости мы можем прямо ходить и свободно двигаться.

Наш таз представляет наш фундамент, нашу горизонтальную середину. Неравновесие в этой области негативно влияет как на наше продвижение вперед (имеются в виду ноги), так и на наш подъем или рост (имеется в виду позвоночник).

По этой причине воздействие на таз и позвоночник играет особую роль в ходе массажа шарами из драгоценных камней.

Ритм тела

На уровне тела проявляются не только внутренние установки. Тело отражает окружающую среду и нашу деятельность. У нас, людей XXI века, нет больше постоянного режима дня или более

или менее равномерного ритма. Наш сон, например, очень сильно ухудшился из-за воздействия средств массовой информации и электричества.

Тело также часто недостаточно восстанавливается за ночь. У нас, в целом, слишком короткий сон, а вечером мы, как правило, забываем о духовной подготовительной работе, не осмысляя ушедший день. Очень хорошо и полезно для сна и тела, когда мы вечером, не отвлекаясь, размышляем о прошедшем дне, подводим итог событиям и предвидим то, что еще не произошло. Благодаря этому нам не нужно проделывать эту работу во сне и тело получает больше энергии для регенерации, так как мы спокойнее спим.

По этой причине, например, сон до полуночи называется в народе «сном красоты», способствующим выведению ядовитых веществ и регенерации.

Если тело ночью не может оптимально очищаться и восстанавливаться, то это приводит к нагрузкам, связанным с недостатком отдыха, которые остаются в организме и, по всей видимости, накапливаются.

Тогда в мускулатуре возникают со временем различные образования, например, миогелозы — маленькие затвердения, которые прощупываются. Их можно устранить посредством массажа, обильного питья хорошей воды и, конечно, достаточного количества сна.

Массаж драгоценными камнями обеспечивает хорошее самочувствие и может улучшить многие состояния тела и души. Его воздействие может, однако, только тогда быть длительным, когда он соединяется со здоровым образом жизни, спокойным ритмом жизни, хорошим питанием, крепким сном, внутренними установками, способностью к изменениям и, не в последнюю очередь, с поисками смысла жизни и идеала. Как раз массаж шарами может здесь многое «сдвинуть с места», найти то, что нуждается в переменах, и открыть совершенно новые перспективы, идущие рука об руку с осознанными изменениями.

Поэтому будьте осторожны: массаж шарами оказывает действие впоследствии!

Как родился массаж шарами из драгоценных камней?

В моей практике я делаю многие массажи — среди прочего, классические массажи, мобилизацию позвоночника, терапию меридианов и энергетические массажи. Когда несколько лет назад наука о лечебных камнях стала еще одной составной частью моей терапии, я загорелась желанием объединить эти различные компоненты. Я обратила внимание на шары из драгоценных камней, и так появился новый вид массажа. Уже в начале их применения я получала очень хорошие отзывы. Я могла очень быстро устранять напряжение, и физическое здоровье моих клиентов явно улучшалось. Многие клиенты во время массажа или после него осознали удивительные взаимосвязи, благодаря чему смогли после лечения претворить в жизнь многие свои задумки. Таким образом, стали происходить устранения прежних напряженных состояний.

Сначала я работала только с шарами из трех различных камней (далее содержится информация об отдельных камнях), затем камней стало 50 сортов. Благодаря этому, массаж оказывал более личное воздействие.

Виды движений шаром

Самое главное движение шаром — это лежащая восьмерка. Лежащая восьмерка — символ бесконечности, оказывающий гармонизирующее воздействие на оба полушария головного мозга. В ки-несиологии эта восьмерка используется для выравнивания левого и правого полушарий. Это — два замыкающиеся в себе круга, которые касаются друг друга. Каждый круг при этом представляет собой единое целое.

Как подготовиться к массажу шарами?

Чтобы пришло нужное чувство, необходимое для массажа шарами, возьмите шар между ладонями и вращайте его. Наблюдайте и ощущайте, как движется шар в ваших руках — вы увидите, что шар в обеих руках перекачивается. Это наблюдение устранил возможную боязнь того, что шар выкатится из рук.

Попробуйте сначала сами, например, на бедре, как ощущается массаж шаром. Измените нажим и ощутите на себе, как воздействует прикосновение и какой нажим вам больше нравится.

Так как этот массаж ориентирован на физическое тело, то массировать надо с «рассчитанным нажимом». То есть мы доходим почти до болевого порога, но часто пациентов можно массировать с большим нажимом, чем предполагалось вначале (смотрите на их ощущения).

Как проводится массаж:?

Теплое и спокойное помещение, в котором витает приятный запах, лучше всего подходит для

этого вида массажа. Его можно делать на полу или на тахте. На пациенте, которого массируют, должны быть только трусы. Чтобы он чувствовал себя уютно, его укрывают и кладут на пол достаточное количество одеял для мягкости. Тепло способствует лучшему расслаблению человека.

Мой девиз звучит так: «Чем удобнее положение, тем приятнее массаж».

Если проводится массаж спины, пациент должен лечь на живот. Иногда полезно подложить под живот подушку, это расслабляет область поясницы и крестца. Когда имеет место лордоз (изгиб позвоночника вперед) или часто возникают боли в крестце, это положение особенно важно. В некоторых случаях под щиколотки можно положить свернутое рулоном полотенце или одеяло. В качестве массажных шаров подходят все драгоценные и полудрагоценные камни шарообразной формы, которые можно приобрести. Что касается их величины, то подойдет диаметр 3-5 см. Чем меньше шар, тем более точное воздействие окажет массаж, и для него потребуется несколько меньше нажима. Если ваш шар имеет больший размер, то область кожи и лежащие под ней рецепторы, соответственно, окажутся больше и массируются поверхностно.

Если вы хотите проверить этот совет на себе, то сначала надавите на кожу кончиком большого пальца,

а затем — всей поверхностью большого пальца. Чувствуете разницу?

Массаж шарами выполняется прямо на коже. Массажное масло не нужно, так как без него массаж лучше ощущается.

Внутренняя установка

Самая большая помощь, которую можно оказать пациенту — дать ему понять, что вы находитесь в его распоряжении и хотите ему добра. Нет никакой необходимости и пользы в том, чтобы блокировки или проблемы другого человека брать на себя. Каждый сам несет ответственность за свою жизнь и должен сам вносить в нее изменения. Тело часто может само регулировать физические недуги, получив импульсы из окружающей среды. Поэтому хорошо, если пациент до массажа осознанно себя воспринимает и совершенно спокоен.

Кроме того, существуют самые разные способы защитить себя.

® Можно произнести молитву или аффирмацию для защиты. Можно окутать себя светом и всё представить образно.

Ш Есть душистые масла, например, ароматические, которые можно полить на руки и затем растереть на теле примерно на 2 см.

Ш Можно до начала массажа слегка хлопнуть в ладоши и, таким образом, почувствовать, где заканчивается собственное тело.

Ш Если пациент удобно лежит на животе, то после вышеназванных личных упражнений на защиту можно настроиться на лежащего.

Массаж существует для того, чтобы человек, которого массируют, стал лучше себя чувствовать и расслабился.

При этом виде массажа важно быть очень внимательным к пациенту. Большую часть следует массировать с рассчитанным нажимом. Для устранения блокировки иногда необходимо применять нажим до болевой границы, но ни в коем случае не идти дальше нее! Постепенно возрастающий нажим будет восприниматься приятнее, чем слишком резкое начало. Здесь следует еще раз упомянуть физическую направленность массажа, то есть массаж камнями должен выполняться с соответствующей силой.

Выбор шарообразных камней

Существуют разные способы выбрать подходящий камень. Если у вас только один шар, то все очень просто. Если у вас большой выбор шаров, то вы можете решить этот вопрос в форме игры.

® Так как речь идет о теле, то вы сделаете хороший выбор, если дадите пациенту самому найти свой шар. Он должен, лежа с закрытыми глазами, почувствовать, какой шар подойдет. Он может почувствовать зуд, ощущение тепла, прохлады или просто случайное прикосновение, может просто возникнуть потребность взять определенный камень.

- Вы можете пересчитать ваши шары по порядку и попросить пациента назвать какое-либо число. Вы пересчитываете их снова в том же порядке и берете шар под соответствующим номером. Это можно сделать, имея уже два шара.

- Следующая возможность заключается в том, что пациент выбирает тот шар,

который нравится ему больше всего, или тот, который ему безразличен. Оба шара могут оказаться очень подходящими.

Ш Вы можете, однако, сами выбрать шар для пациента, которого вы собираетесь массировать. Для этого попробуйте воспользоваться приведенным здесь обзором камней или какой-либо другой информацией.

Начало массажа шаром

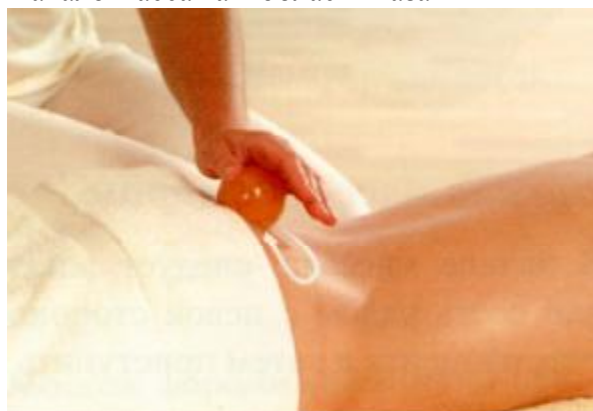
В начале массажа следует встать или сесть рядом с левой стороной тела пациента и затем приступить к контакту.

Начало массажа шарами осуществляется в области таза. Здесь можно попробовать силу нажима. Для этого следует потратить достаточно времени и внимания. Чем более прочно здесь достигается равновесие, тем проще в дальнейшем проводится массаж.

Начало контакта

Шар следует вести правой рукой. Осторожно положите шар на крестец. Бедренная и поясничная области позвоночника массируются движением «лежащая восьмерка». Середина или точка пересечения восьмерки всегда должна располагаться в области позвоночника, между отдельными позвонками.

Начало массажа в области таза



Начало массажа в области таза

Мускулатура ягодиц основательно, 5-7 раз, массируется. В этой области шар можно также вести круговыми движениями. Здесь рекомендуется делать массаж с хорошим нажимом, так как мускулатура ягодиц часто бывает сильно напряжена.

Массаж мускулатуры ягодиц



Массаж мускулатуры ягодиц

После этого снова следует массировать движением в виде восьмерки, идя назад к нижней части спины. Отсюда весь позвоночник массируется в направлении вверх «лежащей восьмеркой», причем петли «восьмерки» всегда пересекаются между отдельными позвонками. При этом очень важно, чтобы нажим был хорошо рассчитан и пациент испытывал приятные ощущения. Таким образом массируется весь позвоночник — от таза по направлению к шейному отделу. Цель и смысл массажа состоят в том, чтобы привести в равновесие правую и левую стороны тела.



*Движение «лежащая восьмерка»
на позвоночнике*

Если кто-либо боится щекотки, вам и ему может помочь маленький трюк. Возьмите одну руку пациента и положите ее на его спину. Массаж тогда воспринимается, как будто сделанный «собственной рукой». А «щекотать себя самого» вряд ли у кого-то получится!



Не бойтесь щекотки!

Во время тяжелых состояний важно рассчитать нажим, чтобы не возникло дальнейшего напряжения, так как пациент от ненужной боли теряет гибкость. Этого следует избегать!

Однако может возникнуть так называемая «приятная боль», когда есть болевые ощущения, но одновременно чувствуется, что напряжение спадает.



Во время массажа шар ведется всей рукой, ладони и пальцы равномерно участвуют в движении!

Продолжение массажа шаром

Затем, начиная с области шеи, массируется область рядом с позвоночником и вся мускулатура спины на левой стороне. Теперь круговые движения снова идут вниз по направлению к области бедер. Движения при этом не должны быть слишком большими, а иметь окружность всего лишь 3-5 см.

Если вы снова дошли до бедер, то опять массируйте движением в виде восьмерки вверх до шейного отдела позвоночника.



Отсюда массируется мускулатура правой части спины.



Спина слева



Движение в виде восьмерки

Массаж мускулатуры
правой части спины

Массаж боковой мускулатуры

Затем массируется боковая мускулатура. Рядом с лопатками следует массировать, прилагая силу, между ребрами, напротив, требуется воздействовать кончиками пальцев. Массаж боковой мускулатуры



Массаж плеча



Массаж затылка

Область плеч легче массировать, если поменять положение — сесть или встать над изголовьем кровати. Таким образом можно целенаправленно воздействовать на эту область, выделив достаточно времени и массируя ее маленькими круговыми движениями. При этом нажим также следует рассчитать так, чтобы ощущения были приятными.

Хорошо, если при этом ваше собственное положение тела выбрано так, чтобы рука, которой вы массируете, не была слишком сильно согнута в локте. Так нажим происходит более непосредственно и его можно легче дозировать.

От плеча массаж продолжается до мускулатуры затылка, которая массируется довольно основательно — так постепенно устраняются многие часто сильные блокировки в этой области.

До этого места мы вели шар, придерживая его согнутой ладонью. Для следующей — энергетической — части массажа есть другой прием: шар кладется между «большим и указательным» пальцем и согнутым средним пальцем, чтобы было легче его вести, на шейный отдел позвоночника. Вы сами теперь должны находиться с правой стороны.

Теперь средний палец толкает шар, очень медленно и легко, по спине. На бедре шар убирается и перекадывается в область шеи рядом с позвоночником, чтобы его можно было прокатить по

параллельной линии еще раз до бедра. Таким же образом шар прокатывается линия за линией, пока вся ширина спины не подвергнется массажу.

Направление этого энергетического приема — всегда по ходу меридианов, от спины по направлению к ногам.



Эта энергетическая работа посредством шара помогает, с одной стороны, активизировать энергию по ходу ее движения, а с другой стороны, увидеть, где энергия еще заблокирована. Перекачивание шара может сильно меняться — казаться легким и свободным, встречать препятствия и тормозить или даже останавливаться. Анализ этих ощущений требует определенной тренировки, но потом может давать очень точные показания.



В предположительно заблокированных или еще не совсем свободных областях хорошо снова повторить основательный массаж шаром. Через некоторое время энергетическое «раскатывание» от шеи по направлению к ягодицам повторяется и результат фиксируется. Как только шар начинает катиться равномерно, массаж в этом месте можно закончить или продолжить делать массаж шаром на всем теле. Возникает творческая игра между шаром и тем, кто его применяет, — для блага пациента!

Если есть важные болевые точки, которые устанавливаются во время массажа, то имеет смысл уделить им особенное внимание. С их помощью можно целенаправленно рассмотреть проблему в целом и особенности ситуации пациента.

Каково действие массажа?

Массаж шарами очень хорошо помогает расслабить мускулатуру и способствует кровоснабжению

в тканях. Это может проявиться в приятном чувстве тепла, возбуждении или легкости. Также может, однако, возникнуть ощущение тяжести, доставляющее удовольствие, — тело воспринимается таким, какое оно есть, и имеющее то, что ему нужно. Благодаря перекачиванию шара, можно массировать различные области с более сильным нажимом, за счет чего массажу подвергаются более глубокие слои мускулов. Массаж шарами из драгоценных камней воспринимается поэтому как освобождающий и благотворный.

После хорошего массажа может возникнуть жажда. Так или иначе, но после массажа все-таки полезно выпить 1-2 стакана воды.

Массаж шаром способствует гармонизации правой и левой сторон тела. Этим обеим сторонам, как известно, приписываются различные аспекты.

Правая сторона олицетворяет активное, ориентированное на будущее мужское начало и разум. Оно воспринимает такие понятия, как иметь право, самоутверждаться и быть успешным.

Левая сторона, соответственно, обозначает область чувств, интуицию, прошлое, ожидание и соединение. Ему присуща эмоциональность, сердечность.

Если правая и левая стороны тела находятся в гармонии друг с другом, то мы можем жить, гармонично объединяя интуицию и разум. Случается также, что из-за неправильных мыслей возникает

блокировка в одной стороне тела, будь то сторона чувств или разума. В ходе массажа шаром мы все-таки всегда массируем обе стороны, восстанавливая гармонию!

Благодаря массажу шаром усиливается первоначальный поток энергии в теле и устраняются блокировки. Кроме того, посредством массажа можно также осознать собственную внутреннюю позицию. Во всяком случае, можно наглядно наблюдать, как развивается чувство осознания своего тела.

Показания и противопоказания

Массаж драгоценными камнями шарообразной формы может применяться при блокировках (имеющих хроническую природу), внутренней напряженности, усталости, судорогах мускулов, общих болях в спине. Он полезен для заботы о здоровье, для общего равновесия, после лихорадочного дня, для того, чтобы доставить удовольствие партнеру, и во многих аналогичных случаях.

Отказаться от массажа шарами вам следует, однако, при сильных острых болях, а также, когда сильные боли возникают внезапно или после резкого движения. Массаж также не рекомендуется при распространении болей или нарушении чувствительности в конечностях, наличии открытых ран или непосредственно после операций.

Если вы не уверены, стоит ли применять такой массаж, выясните этот вопрос лучше всего у врача или целителя.

Какие камни вы можете использовать для массажа?

Была установлена явная связь между видом и локализацией имеющихся блокировок и других недугов, а также интуитивно выбранными камнями. По этой причине вы можете применять все драгоценные и полудрагоценные шарообразные камни, которые сможете приобрести. Подходящие люди и камни обязательно найдут друг друга!

Далее следует только небольшой отрывок из списка тех шарообразных камней, которые в ходе массажа (до сегодняшнего дня) чаще применялись мною, описывающий воздействие и реакции, наблюдаемые при этом. Эта информация ни в коем случае не является полной, а лишь отмечает основные особенности шарообразных камней и их отличия друг от друга.

Агат дает коже ощущение защитного покрова. Он воздействует мягко и утешительно. Агат помогает создать защиту и, благодаря этому, разобраться с самим собой. Он приносит такое чувство защищенности, что можно просто отказаться от чьей-либо поддержки. Он укрепляет, дает физические силы, делает выносливым.

Амазонит очень хорошо помогает, когда слишком большие нагрузки приводят к блокировкам или болям. Он помогает телу обрести покой и оказывает расслабляющее и болеутоляющее действие.

Аметист очень полезен при блокировках. Он устраняет спазмы и головные боли. Аметист успокаивает и даже охлаждает, поэтому может хорошо помогать при стрессах.

Аметрин способствует прекрасной гармонии тела. Он успокаивает нервы и приносит внутренний мир, однако, одновременно делая нас бодрыми и энергичными. Он создает правильное соотношение между напряжением и расслаблением. Аметрин очень повышает настроение и поэтому может применяться

в периоды, когда вы несчастливы, утомлены или недовольны.

Апатит следует применять, когда наступает физическое изнеможение: он укрепляет и восстанавливает силы. Помогает при нарушениях осанки и благотворно воздействует на кости и суставы.

Арагонит в виде шара можно приобрести в качестве так называемого «оникса-мрамора». Он благотворно действует при стрессах, расслабляет и способствует осознанию своего тела. Арагонит помогает при заболеваниях спины, позвоночника и межпозвоночных дисков, но при массаже имеет большое значение правильное положение (следует положить подушку под живот!). Нажим в области позвоночника следует очень тщательно дозировать.

Авантюрин хорошо воздействует на чувствительную или раздраженную кожу. Он также помогает, если вы раздражены, нервны и беспокойны и мучаетесь от постоянных плохих мыслей.

Камень также может применяться при постоянной усталости от недостатка отдыха.

Горный хрусталь можно очень хорошо применять в любой ситуации. Он активизирует и приводит в гармонию правую и левую стороны тела. Так как он обладает способностью усиливать какие-либо свойства, то может помочь осознаннее воспринимать собственное тело.

Кальцит оранжевый — солнечный, способный усиливать определенные свойства камень, который дает очень хорошее самочувствие

и вселяет уверенность в себе. Он укрепляет ткани и кости, делает мускулы подвижными. Кальцит подходит также и для массажа детей, страдающих от болей во время роста.

Халцедон с голубыми прожилками способствует здоровью, приводит все в движение, хорошо подходит, когда кожа раздражена. Он положительно влияет на легкость и искренность общения.

Хризоколл уравнивает и гармонизирует на всех уровнях. Он уравнивает разум и интуицию, выравнивает колебания в настроении и делает мускулы, ткани и кожу эластичными. Очень хорошо подходит для заживления шрамов. Если как следует помассировать им область бедер и ягодиц, то можно также возбудить пищеварение.

Эпидот (у нас кит) — очень хороший камень при истощении, прежде всего вызванном не только физическим трудом, но и длительной болезнью или тяжестью на душе. Благодаря эпидоту можно провести очень хороший, восстанавливающий силы и укрепляющий массаж.

Флюорит пробуждает физически и духовно. Он устраняет энергетические блокировки, освобождает голову от лишних мыслей и благотворно воздействует на суставы, кости, хрящи, ткани и кожу. Флюорит может также помочь, когда необходимо выправить осанку.

Яшма, прежде всего, в качестве красного камня, возбуждает, укрепляет и активизирует. Она помогает, как правило, тогда, когда

человек чувствует себя без сил, а ему предстоит что-либо трудное. Яшма возбуждает кровообращение и кровоснабжение и согревает, если вы часто мерзнете. Массаж с этим камнем воспринимается как активизирующий, поэтому лучше не выполнять его поздно вечером.

Лабрадорит охлаждает, когда слишком жарко, и согревает, когда очень прохладно. Он освобождает ткани от шлаков и отложений и помогает поэтому также при ревматических болях. Этот камень помогает узнать, как возникают физические недуги.

Лазурит делает открытым, уверенным в себе, вселяет чувство собственного достоинства. Он помогает «свободно вздохнуть», когда что-то ограничивает, успокаивая тело, но не лишая его способности реагировать. Он способствует хорошему физическому самочувствию и побуждает к беседе после массажа.

Магnezит расслабляет, успокаивает и устраняет спазмы. При массаже шарами он благотворно воздействует на мускулатуру и соединительную ткань, помогает раскрепоститься и устраняет головную боль. Он также может применяться для обеззараживания.

Малахит очень охотно выбирают женщины. Он пробуждает воспоминания и помогает распознать причины имеющихся зажимов. Малахит устраняет спазмы и уменьшает боль при менструациях (для этого нужно интенсивно массировать им область крестца и поясницы).

Нефрит — это прекрасный камень для укрепления почек, он помогает лучше ощущать энергию и хорошо обеззараживает организм.

Обсидиан очень хорош при болях, а также в качестве вспомогательного средства после травм или операций (однако, нужно разрешение врача!). Он устраняет энергетические блокировки и очень хорошо подходит для описанного вида массажа.

Океанский агат (океанская яшма)

лучше всего подходит для восстанавливающего массажа. Он улучшает настроение и мотивирует, помогает снова обрести силу и покой во время суевы или после болезни.

Дымчатый кварц — хороший помощник при устранении длительного напряжения в области спины. Он оказывает благотворное воздействие против стресса.

Родонит — очень хороший камень для массирования ткани с рубцами. Он может помочь восстановлению эластичности ткани, способствует активности и заинтересованности.

Розовый кварц прекрасно воздействует во время гармоничных и полных любви сеансов массажа. Он помогает телу успокоиться и расслабиться, развивает способность к восприятию.

Рутил-кварц освобождает и активизирует, прежде всего в области груди и сердца, если интенсивно массировать им верхнюю часть спины. Его можно успешно применять, когда человек испытывает чувство стеснения. Рутил-кварц способствует регенерации тканей и эффективно помогает при хронических заболеваниях.

Строматолит оказывает очень хорошее воздействие на пищеварение, если интенсивно массировать им нижнюю часть спины. Он помогает раскрепоститься и оказывает обеззараживающее действие.

Тигровое железо приносит динамику и жизненную энергию. Оно способствует кровоснабжению и кровообразованию и помогает при сильном истощении. Тигровое железо оказывает такое воздействие, при котором вы снова начинаете чувствовать себя сильными и крепкими. Лучше проводить массаж с ним не слишком поздно — он так возбуждает, что при известных условиях пропадает желание спать.

Турмалин в виде черного камня очень хорошо влияет на нервы. Поэтому он может также при-

меняться, чтобы улучшить телесные ощущения и для массажа зарубцовывающейся ткани (однако на это потребуется много времени).

Окаменелое дерево помогает хорошо чувствовать себя в своем собственном теле и на Земле. Оно улучшает отношение к своему телу и поэтому помогает иногда при избыточном весе, а также нелюбви к себе. Оно хорошо согревает даже при холодных конечностях.

На что еще следует обращать внимание во время массажа шарами?

Массаж шарами следует делать в спокойном и равномерном ритме. Если сеанс проводится слишком

быстро или лихорадочно, то пациент становится очень беспокойным и нервным. Для равновесия выбирается приятный спокойный темп — такой, чтобы, с одной стороны, расслабить, а с другой стороны, активизировать кровоснабжение.

Массаж всего тела шарами возможен, однако надо соблюдать большую осторожность в области живота. Важно принимать во внимание расположение толстой кишки, которая начинается в правой нижней части живота, потом поднимается направо и в середине между пупком и солнечным сплетением проходит поперек на левую сторону тела, опускается и идет по левой стороне вниз.

Поэтому при массаже живота всегда надо двигаться по часовой стрелке — это способствует работе кишечника.

С другой стороны, область живота — место, где находятся глубокие чувства, поэтому во время массажа живота могут возникнуть разные ощущения. По этой причине я рекомендую вам массировать с очень слабым нажимом, если вы хотите работать в области живота. И вам, и вашему пациенту следует взаимно доверять друг другу.

Другая возможность заключается в том, что вы массируете себе живот сами.

Однако то, что касается всех других видов массажа, относится и к массажу драгоценными шарообразными камнями — его можно изучить, в конце концов, только на практике!

Поэтому постоянно пытайтесь делать массаж или пользуйтесь возможностью изучить его на курсах и в ходе других форм обучения, где вы можете освоить массаж под руководством опытных специалистов.