

Чжэн Фучжун

КАНАЛ ПЕРИКАРДА – КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ



Китайская Система Долголетия

Специальный доклад

КАНАЛ ПЕРИКАРДА – КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

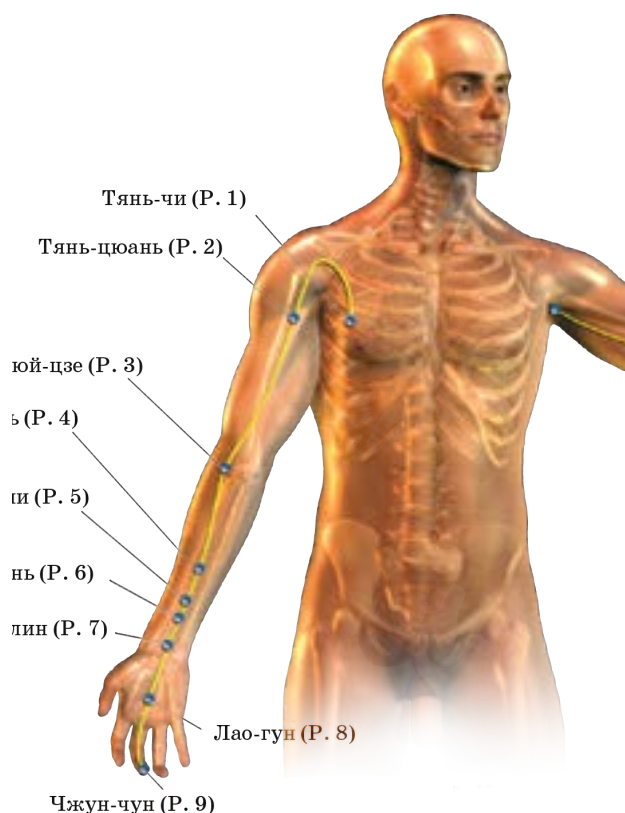
02

ПЕРЕВОД С КИТАЙСКОГО ЕЛЕНА БУЯНОВОЙ

Если ци застаивается, Огонь из каналов печени и желчного пузыря может подняться вверх и поступить в канал перикарда. «Ци – источник ста болезней», нужно постараться избавиться от грязного застойного ци в канале перикарда, избежать «ста болезней».

Очень многие проблемы со здоровьем, какими бы грозными они ни были, легко предотвратить на раннем этапе. Канал перикарда найти легко, точки канала удобно массировать.

Канал проходит по центральной линии внутренней поверхности руки от области груди до кончика среднего пальца.



Канал Перикарда

1

Точки канала Перикарда на груди и плече

Точка Тянь Чи – предотвращаем гиперплазию молочных желез, мастит, заболевания молочных желез, туберкулез лимфатических узлов.

Тянь Чи расположена на один цунь от сосков в сторону плеча. Мужчинам найти точку легко. Женщинам сначала следует отмерить 3 цуня (4 сложенных вместе пальца) от подмышечной ямки на уровне соска.

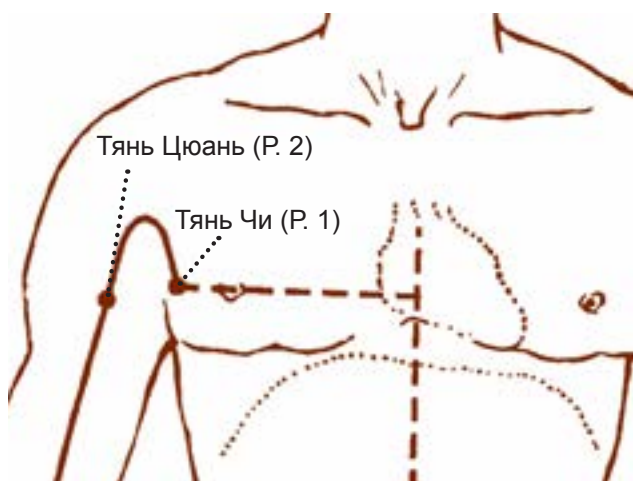
Тянь Чи – важная точка, соединяет канал перикарда с каналами пе-

чени, желчного пузыря и другими каналами. Когда возникает застой ци, Огонь из каналов печени и желчного пузыря может поступить в канал перикарда.

Фактически, канал печени и канал перикарда – это один канал – канал Цзюэ Инь (предельный Инь). В области торса и нижних конечностей канал называется каналом печени, а в области верхних конечностей – каналом перикарда. Застой крови в канале печени приводит к закупорке канала перикарда. Тянь Чи – место соединения канала перикарда с каналом печени. Поэтому точка так важна.

КАНАЛ ПЕРИКАРДА — КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

03



Точки Тянь Чи и Тянь Цюань

Именно в точке Тянь Чи канал очень часто закупоривается. Сейчас часто встречаются заболевания грудных желез — гиперплазия, мастит — и все они начинаются с того, что канал закупоривается в точке Тянь Чи. «Ци — источник ста болезней», от акупировавшего канал перикарда грязного ци непременно нужно своевременно избавиться, и мы защитим себя от ста болезней.

Предлагаю женщинам каждый день круговыми движениями разминать точки Тянь Чи основаниями ладоней. Это поможет сохранить здоровье молочных желез.

Тянь Чи помогает лечить туберкулез лимфоузлов. Это место соединения с каналом печени, здесь часто собирается грязный ци, что приводит к образованию застоя крови и скоплению слизи. Необходимо сделать проходимой эту точку, выкорчевать корень болезни.

Точка Тянь Цюань — при ощущении сдавленности в груди, нехватки воздуха, кашле, помогает стимулировать движение ци и переработку слизи.

Расположена Тянь Цюань у основания плеча, на 2 цуня выше двуглавой мышцы плеча.

Многие часто испытывают сдавленность в груди, нехватку воздуха. В больнице это состояние объясняют плохим кровоснабжением сердца. В этом случае нужно ежедневно массировать точки Тянь Цюань.

Тянь Цюань хорошо помогает при хриплом грудном кашле. Тянь Цюань улучшает снабжение кровью сердца, стимулирует переработку слизи.

Продавливание Точки затора канала перикарда — для лечения сдавленности в груди, первых признаков инфаркта, стенокардии.

На схеме активных каналов эта точка не обозначена. Но это чрезвычайно важная точка канала перикарда. Это я сам назвал эту точку Точкой Затора. Она расположена между точками Тянь Цюань и Цюй Цзэ. Если расстояние между точками условно разделить на 3 отрезка, то Точка Затора располагается в первой трети от Цюй Цзэ.

Если вечером у вас часто возникает чувство сдавленности в груди, боли в сердце, что может говорить о над-

КАНАЛ ПЕРИКАРДА — КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

04

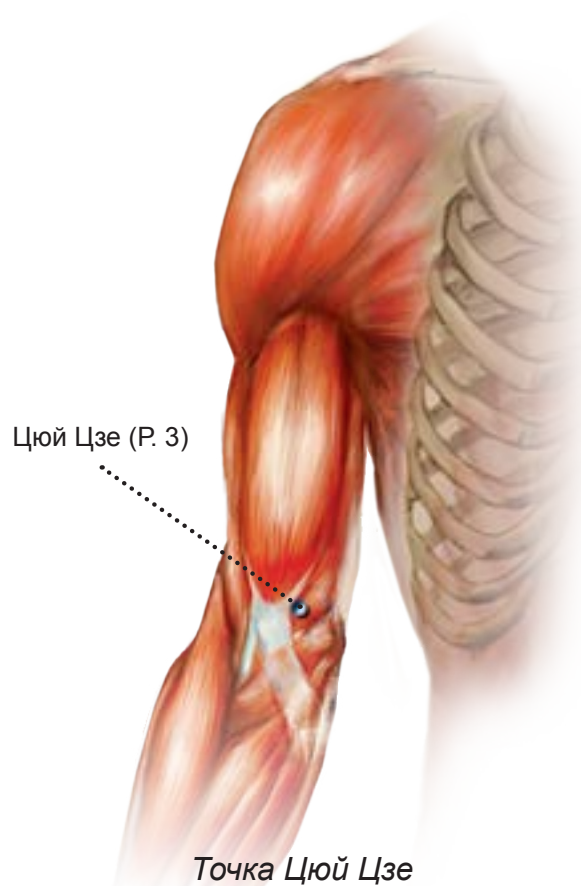
вигающемся инфаркте, точка Затора будет исключительно болезненной. Обязательно необходимо продавить, расслабить эту точку. Массировать ее каждый день, по несколько раз в день. Нужно добиться проходимости канала перикарда, тогда вам не будет грозить инфаркт.

Обычно мы воздействуем на канал перикарда на левой руке. Левая рука ближе к сердцу. Расположение Точки Затора у разных людей не одинаково. У одних на сантиметр выше, у других ниже. У некоторых канал болезненный на всем его протяжении. Обязательно нужно его массировать, и с достаточной силой продавливать. После пары дней массажа на месте Точки Затора или другой болезненной точки может появиться большой синяк. Это говорит о том, что застой крови в этом месте рассосался.

Бывает так, что в больнице диагностируют проблемы с сердцем. Но человек не ощущает никаких неприятных ощущений, продавливая точки канала перикарда. Значит, канал закупорен очень серьезно. В этом случае обязательно нужно ежедневно продавливать канал от точки Тянь Чи на груди до Точки Затора. После того, как канал начнет реагировать, появятся болезненные места можно считать, что состояние немного улучшилось. А если при продавливании есть ощущение закупоренности канала, но точки безболезненны, значит случай очень серьезный. Нужно постоянно прощупывать место затора. Чтобы как можно раньше определить наличие проблем

с сердцем, сразу помассировать канал и избавиться от застоя. Если канал очень чувствительный, даже дотронуться больно, можно применить метод гуаша. В качестве скребка можно использовать ложку или плоскую поверхность расчески. В случае серьезной закупорки канала, даже нескольких легких движений скребком будет достаточно, чтобы появились фиолетовые следы — «ша». Если следов после скребка не появляется, значит этот метод вам не подходит.

Точка Цюй Цзе для лечения тоски, острой боли в желудке, острого гастроэнтерита.



КАНАЛ ПЕРИКАРДА — КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

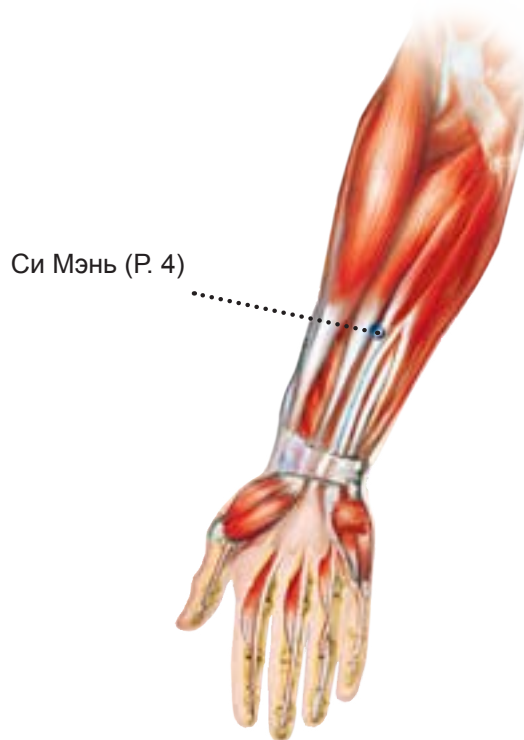
05

Цюй Цзэ – точка-устье канала перикарда, здесь особенно много энергии. Точка-устье лечат сам орган, гармонизирует работу перикарда, восстанавливает сердце.

Если точка очень болезненна при надавливании, значит канал перикарда проходим. У многих людей эта точка не чувствительна. При этом Точка Затора очень болезненная. Значит, канал закупорен в Точке Затора. необходимо размять Точку Затора, сделать ее проходимой, после этого точка Цюй Цзэ станет чувствительной.

Недостаточное кровоснабжение сердца возникает по 2 основным причинам. Первая – застой ци в печени, ци и кровь застопорились на полпути к сердцу. Вторая возможная причина – слабое функционирование самой сердечной мышцы. Точка Цюй Цзэ поможет в обоих случаях.

Если при приступе боли в желудке помассировать Цюй Цзэ, боль быстро пройдет.



Точка Си Мэнь

пястной складки. Чтобы активировать точку, надавите на точку подушечкой большого пальца правой руки, а кистью левой руки при этом производите вращательные движения. Так можно хорошо проработать точку.

Си Мэнь стимулируют для лечения острых заболеваний. Канал перикарда проходит в области молочных желез, поэтому точку можно использовать для лечения острой боли в молочных железах, например, при мастите.

Во время приступа стенокардии нужно срочно принять таблетки. Одновременно следует помассировать точки Си Мэнь. При коронарной недостаточности советую массировать Си Мэнь ежедневно.

2

Точки канал перикарда на предплечьи и кисти

Точка Си Мэнь для лечения острого мастита, приступа стенокардии.

Точка Си Мэнь расположена глубоко в тканях, на 5 цуней выше лучеза-

КАНАЛ ПЕРИКАРДА — КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

06

Некоторые спрашивают, можно ли простукивать канал перикарда? Конечно, можно. Это тоже хороший способ стимулировать канал. Все слышали про гуаша, воздействие скребком для вывода застойной крови — «ша». Но «ша» можно не только выскрести, но и выстукивать. Главное — избавиться от застоя, а киким образом — на ваше усмотрение.

Родственник одного моего друга рассказал мне такую историю: *Он больше двадцати лет страдал от аритмии и приступов тахикардии. Начал ежедневно массировать канал перикарда, но все никак не мог определить точное расположение точек. Массировал, как он выразился, «вслепую». Он прочитал, что «можно неправильно определить точку, главное — не уходить с канала», поэтому просто продавливал руку по центральной линии. Одна точка была очень болезненной, сколько он ее ни массировал, точка оставалась очень чувствительной, хотя остальной канал был безболезненным. Тогда он нашел банку, поставил сам себе банку на эту болезненную точку, очень скоро появился темно-фиолетовый след. И после этого, по его словам, аритмия его больше не беспокоит.*

Что я хочу донести до вас, дорогие читатели: очень часто корнем болезни является застой крови в определенной области. Это приводит к непроходимости энергии по какому-то каналу. Если вы найдете место застоя, зажима, освободитесь от затора, вы найдете ключ к решению проблемы. Как этот человек,

который поставил себе банку. Сначала он просто простукивал канал, обнаружил болезненное место, освободил канал от затора, и решил проблему. Вот каким простым бывает иногда лечение.

Точка Цзянь Ши — при старческом склерозе, бессоннице, забывчивости, рассеянности.

Название точки можно перевести как «посланник-посредник». В китайской медицине сердце называют Императором. У императора много посланников, в том числе и точка Цзянь Ши. Точка обладает способностью «пробивать отверстия сердца». Если точка не работает, то возникают такие проблемы как склероз, бессонница, забыв-



Точка Цзянь Ши

КАНАЛ ПЕРИКАРДА — КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

07

чивость, рассеянность. Человек может весь день ходить в полусонном состоянии, все путать, ронять, забывать. Китайская медицина полагает, что такое состояние вызвано тем, что «Слизь закупорила сердечные отверстия».

Цзянь Ши способна прочистить отверстия сердца, переработать Слизь. Раньше для предупреждения инсультов старым людям прописывали пилюли с бычьим безоаром. Действие точки Цзянь Ши подобно действию этих пилюль – пробуждает дух, открывает отверстия сердца.

Точка *Нэй Гуань* – лечит болезни сердца.

Нэй Гуань – одна из мощнейших точек. Помогает лечить болезни сердца. Считается, что точка эффективно помогает при следующих **15 заболеваний**:

- сердечная астма,
- отрыжка,
- боль в желудке,
- тошнота,
- боль в ребрах,
- повышенное или пониженное давление (точка регулирует давление крови в обоих направлениях),
- коронарная болезнь,
- стенокардия,
- аритмия (Фактически, три выше перечисленных синдрома – это одна болезнь с разными проявлениями),
- бессонница,
- депрессия,

- мигрень,
- аллергическая реакция на лекарственные препараты (главным образом, пищевая аллергия),
- болезненные менструации,
- укачивание в транспорте.

Можно сказать, что Нэй Гуань эффективна при болезнях сердца, же-



Точка *Нэй Гуань*

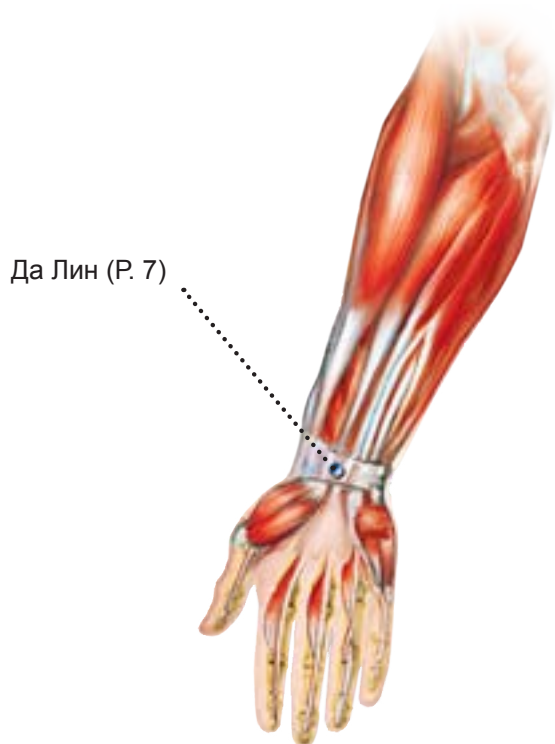
лудка, грудины. Точка не является точкой восполнения, но она помогает пробивать заторы движению энергии. При всех застойных явлениях, при всех недомоганиях полезно воздействовать на Нэй Гуань.

Точка *Да Лин* – при бессоннице, плохом пищеварении, острой боли в желудке, болях в стопе.

КАНАЛ ПЕРИКАРДА — КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

08

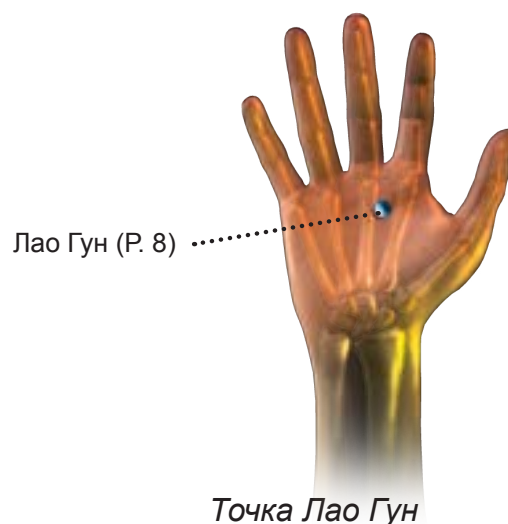
Да Лин хорошо помогает бороться с бессонницей, помогает улучшить пищеварение. Да Лин – точка-источник канал перикарда, относится к элементу Земля. То есть стимулирует селезенку – Землю. При слабости селезенки, воздействие на точку заставит кровь и ци от сердца и из канала перикарда поступить в канал селезенки.



Точка Да Лин

Точка Лао Гун – помогает при одышке, солнечном (тепловом) ударе, укачивании в машине, дурном запахе изо рта.

Точка находится в центре ладони. Название означает «приют после трудов». Точка на самом деле помогает восполнить ци и кровь, полезно массировать ее при ощущении слабости, усталости.



Точка Лао Гун

Если задыхаетесь, поднимаясь по лестнице или в гору, что говорит о плохом кровоснабжении сердца, помассируйте Лао Гун в течении одной минуты, сразу почувствуете облегчение.

Лао Гун помогает избавиться от дурного запаха изо рта. Фактически, плохой запах изо рта часто бывает не по причине проблем с желудком или зубами, а из-за проблем сердечно-сосудистой системы. Тогда запах изо рта горький, что свидетельствует о застое крови. В этом случае обязательно нужно постоянно массировать Лао Гун.

Точка Лао Гун относится к элементу Огонь – всегда дарит нам Огонь, восполняет энергию. При солнечном ударе, укачивании в машине, помассируйте Лао Гун, эффект проявится немедленно.

Точка Чжун Чун – открывает отверстия, оживляет дух, выводит жар.

Чжун Чун (P. 9)



Точка Чжун Чун

Точка расположена у ногтя среднего пальца. Помогает поднять дух. Чжун Чун – точка – колодец канала, используется для лечения болезней Жара. В области точки в клиниках китайской медицины делают кровопускание, чтобы изгнать жар.

При беспокойстве, или если очень беспокоен ваш ребенок, помассируйте ноготь среднего пальца от основания к кончику, это поможет изгнать Жар из сердца. При сильном беспокойстве, когда вы не можете усидеть на одном месте, продавите таким образом ногти среднего пальца, это поможет успокоиться.



Ответы доктора Чжэн Фучжуна на вопросы читателей:

порте часто покрываюсь холодным потом, зеваю. Что можно сделать?

Ответ: Эти признаки говорят о скоплении грязного ци в брюшной полости. Обязательно нужно продавливать живот (массаж Туйфу), изгонять грязный ци. При неприятных ощущениях в транспорте массируйте точку Лао Гун.

Вопрос: У мужа аритмия, ему поставили кардиостимулятор. Можно ли ему массировать канал перикарда? На что обратить внимание?

Ответ: Массировать канал следует очень осторожно, мягко, добиваться приятной расслабленности, этого будет достаточно.

Вопрос: У меня постоянно слабость в сердце после пробуждения, иногда прошибает пот. Что делать?

Ответ: Это связано с работой сердца. Каждый день перед сном массируйте точки Фу Лю канала почек, она регулирует выделение пота. После Фу Лю помассируйте точки Лао Гун, Нэй Гуань канала перикарда. Пот – эссенция сердца, поэтому советую задействовать еще и точки Шао Хай канала сердца. Это должно принести облегчение.

Вопрос: У меня спонтанно-возникающие головокружения, в транс-

Вопрос: Однажды меня продуло, начали болеть руки от плеча до лок-

КАНАЛ ПЕРИКАРДА — КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

10

тя, не могу поднять руки вверх. Какие точки помогут в моем случае?

Ответ: Помассируйте точки Тянь Чи и Тянь Цюань канала перикарда. Помогают при тугоподвижности конечностей.

Вопрос: Скажите пожалуйста, гуаша по каналам перикарда и сердца проводить по направлению сверху вниз?

Ответ: Да. Каналы сердца, перикарда, толстого и тонкого кишечника нужно проводить сверху вниз.

простукивайте или массируйте канал перикарда, так вы защищаете сердце и жизнь.

Тянь Чи — здесь часто скапливается грязный ци. Полезно стимулировать точку для предотвращения заболеваний молочных желез.

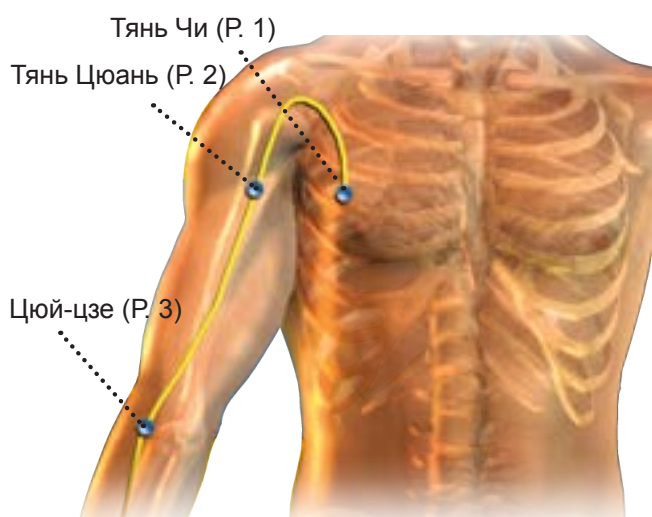
Тянь Цюань — стимулирует кровоснабжение сердца, облегчает дыхание.

Точка Затора — предотвращает инфаркт

Цюй Цзэ — помогает восполнить ци и кровь сердца, предотвращает застойные явления

Иллюстрации:

Канал перикарда помогает регулировать работу сердца, считается ангелом-хранителем сердца. Почаще



Точки Тянь Чи, Тянь Цюань и Цюй-цзе



Точки Си Мэнь, Цзянь Ши, Нэй Гуань, Да Лин, Лао Гун, Чжун Чун

Си Мэнь — помогает при острых состояниях, таких как приступ стенокардии, острый мастит.

КАНАЛ ПЕРИКАРДА — КАНАЛ, СПАСАЮЩИЙ ЖИЗНЬ

11

Цзянь Ши – помогает переработать слизь и «открыть отверстия сердца», предотвращает развитие склероза, забывчивости, рассеянности внимания.

Нэй Гуань – мощнейшая точка, помогает при многих заболеваниях сердца, желудка, грудины.

Да Лин – оздоравливает селезенку, питает сердце, улучшает пищеварение, избавляет от острой боли в желудке.

Лао Гун – восполняет кровь и ци, помогает при упадке сил, слабости сердца, одышке, солнечном ударе.

Чжун Чун – помогает справиться с беспокойством и перевозбуждением.