

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение. История о том, как родилась эта книга . . .	8
Глава 1. Знакомство с драконами	15
Часть 1. Заколдованная принцесса	15
Часть 2. Легенда о пяти драконах	20
Глава 2. Белый Дракон — повелитель воздуха	21
Часть 1. Эпидемия в Западном Царстве Воздуха . . .	21
Часть 2. Как Белый Дракон спасает жизни	28
<i>Отзывы о Белом Драконе</i>	<i>33</i>
Часть 3. Сила Белого Дракона	35
Урок № 1	37
Урок № 2	47
Урок № 3	52
Урок № 4	61
Урок № 5	65

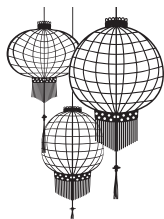
Урок № 6	75
Урок № 7	76
Урок № 8	81
Глава 3. Синий Дракон — властелин холода	85
Часть 1. Загадочная болезнь императорской дочери	85
Часть 2. От легенды к реалиям	89
<i>Отзывы о Синем Драконе</i>	92
Часть 3. Сила Синего Дракона	94
<i>Канал мочевого пузыря</i>	95
<i>Канал почек</i>	97
<i>Диагностика</i>	100
Урок № 1	107
Урок № 2	113
Урок № 3	117
Урок № 4	119
Урок № 5	121
Урок № 6. <i>Закрепление пройденного</i>	128
Глава 4. Зеленый Дракон — укротитель гнева	131
Часть 1. Гневливый император из Лесного Царства	131

Часть 2. Чудесные исцеления	137
<i>Отзывы о Зеленом Драконе</i>	143
Часть 3. Сила Зеленого Дракона	144
<i>Три кита силы Зеленого Дракона —</i> <i>печень, глаза, желчный пузырь</i>	146
Урок № 1	152
Зона шеи	154
Межреберная невралгия	156
Зона тазобедренных суставов	157
Урок № 2	161
Урок № 3. Внимание суставам	164
Урок № 4. Основной комплекс упражнений	173
Урок № 5	177
Урок № 6	179
Урок № 7. Подытожим	185
Глава 5. Красный Дракон — сердечная скорая помощь	187
Часть 1. Опасный случай с Шень И в Огненном Царстве	187
Часть 2. «Красная аптечка» под рукой	193
<i>Отзывы о Красном Драконе</i>	195

Часть 3. Сила Красного Дракона	197
<i>Канал сердца</i>	199
<i>Канал тонкого кишечника</i>	205
<i>Перикард и тройной обогреватель</i>	207
Урок № 1	208
Урок № 2	213
Урок № 3	214
Урок № 4	217
Урок № 5	220
Урок № 6	222
Глава 6. Желтый Дракон —	
хранитель молодости и красоты	224
Часть 1. Ненасытный богатырь	
из Центрального Царства Земли	224
Часть 2. Чудесные преобразования	231
<i>Отзывы о Желтом Драконе</i>	235
Часть 3. Сила Желтого Дракона	237
<i>Слезы селезенки</i>	238
Урок № 1. <i>Канал селезенки</i>	244
Урок № 2	247
Урок № 3	252

Урок № 4	255
Урок № 5	256
Урок № 6	259
Урок № 7	261
Урок № 8	263
Урок № 9	266
Урок № 10. Закрепление	269

Глава 7. Особенности подхода к лечению в китайской медицине	272
Бессонница	272
Храп	277
Варикоз нижних конечностей	278
Сосудистые звездочки на ногах	278
Сахарный диабет	279
Щитовидная железа	280
Боли при менструации	281
Способы решения других распространенных проблем	282



ВВЕДЕНИЕ

ИСТОРИЯ О ТОМ, КАК РОДИЛАСЬ ЭТА КНИГА

Дорогой читатель! Книга, которую ты держишь в своих руках — не просто книга, это золотой ключ к сокровищнице с сокровенными тайнами и постулатами мудрейших докторов восточной медицины.

Долгие годы, словно из осколков дорогой хрустальной вазы, я по крупицам собирала сложную, затерянную во времени информацию из первоисточников, вдохновлялась моими учителями, ставила эксперименты, проводила исследования, анализировала, сопоставляла китайскую медицину с западной и делала для себя определенные выводы.

И когда я осознала колоссальную разницу между подходами этих полярных систем, я поняла, что просто обязана поделиться своими знаниями и донести их до людей.

Всего несколько лет назад я даже не предполагала, что смогу увлечь своими знаниями тысячи людей со всего мира. Но это случилось, когда мир изменился и перешел в онлайн.

Теперь я могу не только помогать людям в рамках обычной врачебной практики, я могу донести свои знания и опыт до любого жителя планеты. Именно для этого я и написала книгу.

А решающим толчком к ее созданию послужила история, которая произошла со мной совсем недавно.

Однажды, как обычно, по утрам разгребая переполненную почту, я наткнулась на письмо девушки, в котором она рассказала вот такую историю.

В детстве, холодной зимой, вместе со своими друзьями она играла в снежки. После зимних забав девочка заметила, что кожа на руках и лице покраснела, сморщилась, появились белые пятна. Это проявлялось не только на холоде, но и даже после умывания прохладной водой.

Врачи ее долго обследовали, но точный диагноз поставить не могли. Девочку госпитализировали, в течение двух недель врачи пытались помочь девочке справиться с этим недугом, но значительного эффекта не было. Тогда ей решили назначить необычный метод — иглоукалывание. Буквально несколько сеансов и... чудо! Болезнь отступила. В итоге диагноз все-таки удалось поставить: холодовая крапивница.

Следующее ее письмо было примерно такого содержания.

«...Узнав, что Вы рефлексотерапевт и занимаетесь иглоукалыванием, я вспомнила свою историю из детства. Только тогда я никак не могла понять, как какие-то иголки помогают избавиться от такой сложной болезни...

Пройдя Ваши курсы, в частности Синего Дракона, я, наконец, поняла, по какому принципу работает эта методика: в нашем организме полно всяких секретных точек, воздействуя на которые тем или иным образом, можно улучшить состояние многих органов или даже вылечить целую болезнь!

Это же просто чудо!

После Вашего курса я задумалась о том, что очень многих проблем со здоровьем можно избежать, если начать лечить с момента, когда болезнь только зарождается».

В Древнем Китае говорили: «Мудрый человек не лечит болезнь, он ее предотвращает». Мелкие симптомы грозных болезней появляются задолго до проявления выраженных признаков. И если знать эти симптомы и вовремя их устранять, то заболевание так и не возникнет.

Как это сделать легко и когда начинать действовать — об этом моя методика «Сокровища Золотого Дракона». Она уже помогла многим людям понять причины проблем со здоровьем и встать на путь исцеления.

Вот что пишут участницы курса:

Наталья, Москва, 55 лет: «Перестала замерзать, ноги согрелись, стала более увлажненной кожа, улучшился тургор.

Ушли излишние жировые отложения на животе. Пропал зверский аппетит, ушла привычка искать и грызть вкусняшки между перекусами. Перестали осыпаться волосы.

Улучшилось зрение: очки не использовала после первого дня интенсива и не использую по нынешний день.

После медитации из курса сейчас я, вроде, спокойнее стала...

Перестала чесаться кожа по ночам. Мне не была ясна причина. Теперь ясно, что причина в печени. Исчез синдром беспокойных ног. Порадовал Желтый Дракон: не надо, оказывается, часами мучиться в спортзале, чтобы держать мышцы в тонусе.

Вирус перенесла легко благодаря Белому Дракону. Долго не было энергии после зарядки, но я заставляла себя заниматься.

Потом внезапно все случилось. Я забегала и зашевелилась...

Состояние до:

- ☉ *ограниченная амплитуда движений правой руки;*
- ☉ *спазмы икроножных мышц по ночам;*
- ☉ *отечность;*
- ☉ *остаточная боль в плечевом суставе;*
- ☉ *онемение рук по ночам;*
- ☉ *газообразование и вздутие живота;*
- ☉ *беспокойство и страхи из-за ситуации в мире;*
- ☉ *вялость, усталость уже с утра.*

Изменения после:

- ① амплитуда движений правой руки увеличилась с 70 до 95 % от нормы;
- ① ушли спазмы икроножных мышц по ночам;
- ① меньше стала отечность, ноги пока отекают, но совсем чуть-чуть;
- ① значительно сократилось выпадение волос;
- ① ушел дискомфорт в тазобедренном суставе, нет хруста и щелчков в суставах;
- ① я стала спокойнее относиться ко всему, появился здоровый пофигизм;
- ① нет больше утренней тревоги, которая преследует с конца года;
- ① определенно, общий уровень энергии вырос;
- ① теперь мне не вкусно красное вино, которое я всегда любила.

Мои открытия и осознания:

1. Научилась отслеживать дисбаланс в собственном состоянии. Понимать, в чем его причина и что я могу сама сделать, чтобы гармонизировать самочувствие. Это дорогого стоит.
2. Теперь я умею греть руки над пламенем свечи — это успокаивает и помогает быстро заснуть.
3. Главное осознание: все в наших силах — жизнь удивительна и прекрасна!»

Вот и тебя, дорогой читатель, я приглашаю в это увлекательное путешествие в мир без болезней.

Чтобы тебе было легче воспринимать сложную информацию даосских докторов, я перевела ее в интересные поучительные истории. Все они настоящие, лишь немного приукрашены сказочными образами и мифическими персонажами.

Сейчас мы перенесемся в реальную, но в то же время немного легендарную страну, окруженную ореолом таинственности и загадочности. Ну что же, садись поудобнее и давай вместе окунемся в атмосферу далекого прошлого, в то время, когда правил великий Император, Сын Неба.

* * *

Эта история произошла за пару тысяч лет до нового летоисчисления, в ту пору, когда еще не было единого централизованного государства, а существовали лишь разрозненные, вечно воюющие друг с другом царства.

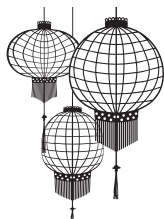
И одно из них называлось Северное Царство Воды. По названию можно догадаться, что климат здесь был не очень благоприятный: сильные промозглые ветра, холодные воздушные массы, суровые морозные зимы.

Надо сказать, что жители этого царства своими характерами мало отличались от климата. Такие же суровые, боязливые и недоверчивые. Они постоянно чего-то пугались и остерегались.

Император, хоть и славился бесстрашием, все же имел один сильный страх: остаться без наследника. Все его дети рождались очень слабыми и умирали еще в младенчестве. Поэтому когда родилась очень красивая и подвижная девочка по имени Сяо Мэй (Маленькая Красавица), она сразу стала любимицей императора. Он приказал за ее здоровьем и состоянием следить особенно тщательно.

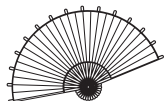
Долгое время ее оберегали как зеницу ока, но и этот прекрасный хрупкий нежный цветок в скором времени начал увядать...

Все случилось необычайно холодной зимой 2631 года до н. э...



ГЛАВА 1

ЗНАКОМСТВО С ДРАКОНАМИ



Часть 1

Заколдованная Принцесса

— Смотри, няня, что же это за чудо? — маленькая принцесса Сяо Мэй крохотным пальчиком указала в сторону распахнутого настезь окна.

Там, по мнению девчушки, происходило что-то очень таинственное и интересное.

Плюх!

Одним юрким движением маленькая принцесса выпорхнула из рук пожилой няни. И тот же час выбежала на балкон, с грохотом хлопнув дверью.

Детским глазкам открылась донельзя удивительная картина...

Небо. Огромное, бесконечно далекое, голубое-голубое и полностью свободное небо. И с самого небосвода, словно легкие листья сакуры, тихо танцую и кружась, на землю медленно опускались снежинки.

Первое подобное чудо в жизни маленькой принцессы. Первый снег.

Крохотные ладошки Сяо Мэй тут же высунулись из оконного проема.

Не прошло и секунды, как одна из снежинок коснулась детской бархатистой кожи.

Чудесная, буквально магическая маленькая звездочка мягко осела на ладошку. И тут же растаяла, оставив после себя лишь маленькую капельку влаги.

Тишина нарушилась детским возгласом: «Ах».

Голова принцессы смотрела вниз, а перед взором раскинулось еще более завораживающее зрелище.

С удивлением и восторгом Сяо Мэй наблюдала, как вечнозеленые кустарники, деревья и ее любимые камелии медленно утопали в белом звездном одеяле, сотканном из мириад¹ пушистых снежинок.

Несмотря на всю чудесность картины, в воздухе уже висел... спор.

— Я немедленно хочу туда! — кричала и сокрушалась маленькая Сяо Мэй.

— Но Вам нельзя, Ваше Высочество! Там же холодно, а Вы не одеты! — пыталась парировать няня.

¹ Мириада — десять тысяч или просто большое количество.—
Прим. ред.