

# Budite sam svoj doktor

U razgovoru sa dr Verom Đorđević, direktorkom Balkanskog su jok centra, požalila sam se na moje zdravstvene teškoće. Pritiskajući metalnim štapićem po dlanu moje leve ruke, između srednjeg i domalog prsta, spretno je pronašla tačku u kojoj me je pritisak štapićem najviše bolelo. Onda mi je stavila zrno bibera na to mesto i pričvrstila flasterom. Pre nego što sam stigla da izgovorim pitanje, odgovorila mi je: "Biber zato što je okrugao i hrapave površine pa može da pomogne da se kristal mlečne kiseline koji se ovde stvorio, razbije."

To je bilo sve od terapije, a moj jedini zadatak je bio da narednih dana pritiskam i pokrećem biber, i svi moji problemi će biti rešeni



Verovala sam? Pošteno govoreći - i jesam, i nisam! Činilo mi se da je to suviše jednostavno rešenje za moj problem. Kada sam sutradan primetila neke reakcije koje bi mogle da znače da se nešto zaista dešava, pomislila sam da možda stvarno deluje, a bila sigurna da zaista pomaže, nekoliko dana kasnije. Ovo je jedna od priča o umeću Su Đok koje se uči u Centru.

Dr Đorđević objašnjava:

"Ne dira se obolelo mesto, nego mesto koje korespondira bolnom mestu. Kako? Na šakama i stopalima se nalaze sistemi visokoaktivnih tačaka koje korespondiraju sa svim organima i delovima tela. Na korejskom jeziku Su znači šaka, a Đok stopalo. Tačke na šakama i stopalima se nalaze u strogom poretku, odražavajući, u umanjenoj formi,



anatomsku građu organizma.

Telo i njegovi sistemi se nalaze u stalnoj korespondenciji. Kod bolesti, signal se šalje iz obolelog organa ili dela tela u korespondentnu tačku u vidu kristala mlečne kiseline, i ta tačka postaje izrazito bolna. U momentu kada se ta tačka stimuliše, magnetom, laserom, štapićem, a za nuždu može

## Pokret i osmeh za zdravlje

Metodi Su Đok terapije nisu samo mehaničko ili toplotno stimulisanje korespondentnog mesta. Balkanski Su Đok centar u februaru priprema dva zanimljiva semina: osmeh meditacija i twist terapija. Polazište osmeh meditacije je stav da gubitak osmeha predstavlja dobru podlogu za pojavu bolesti, a bolest je stanje do koga dolazi zbog narušavanja harmonične ravnoteže. Iz toga proizilazi geslo ovog semina: Tamo gde postoji osmeh za bolest nema mesta.

da posluži i obična zatvorena hemijska olovka, dezintegriše se taj kristal i šalje signal da je ponovo sve u redu."

Da bi objasnila pojam korespondentnost u Su Jok - u dr Đorđević pravi paralelu između drveta i prsta na našoj šaci. I drvo i prst imaju tri dela - prst tri dela odvojena zglobovima, a drvo kořen, stablo i lišće, odnosno, krošnjju.

"Ako pogledate naše telo i ono ima tri dela - glavu, trup i organe za kretanje - ruke i noge. U Su Jok terapiji to znači da svaki od tih korespondentnih delova možemo da smestimo u taj prst.

A mi imamo po deset prstiju na šakama i stopalima. To znači da mi imamo ogromne vojske za očuvanje i spašavanje našeg zdravlja. Zato profesor Park, začetnik ONNURI

medicine, čiji je Su Đok akupunktura jedan od aspekta, i kaže da je pravo čudo kako se čovek uopšte razboli," kaže dr Đorđević.

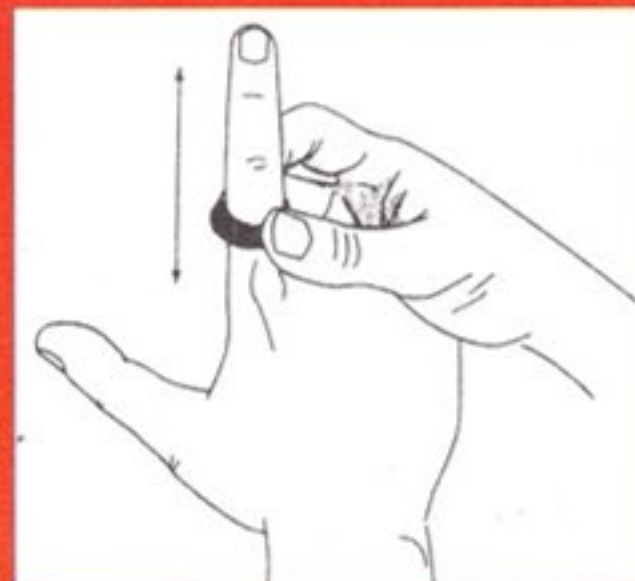
Ona veoma često ističe da svako može da primeni Su Đok terapiju, da bude "sam svoj Su Đok doktor" i otkloni uzroke više od polovine svojih tegoba i bolesti.

"Meni je juče dolazio jedan žovek iz Gornjeg Milanovca koji je operisao prostatu posle čega je dobio uvećane limfne čvorove u obe prepone zbog čega nije mogao da se kreće. Kod mene ga je uvela supruga. Šta sam ja uradila? Ništa drugo nego ono što može i on sam da uradi. A to je: stimulisanje korespondentnog mesta mestu operacije. I on je od mene otišao bez ičije pomoći."

U Su Đok terapiji, na korespondentnom nivou se rešavaju problemi fizičke prirode, odnosno bolovi, a svi drugi, na metafizičkom nivou, energetskom, emocionalnom i na nivou mentalnih razloga.

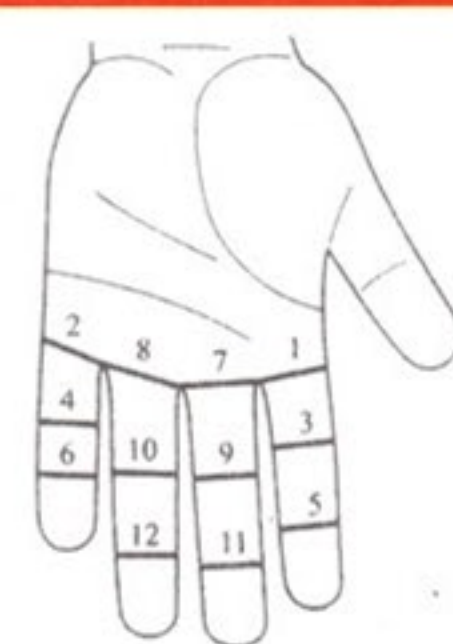


## Eh, ti zglobovi



Desna šaka

1. levi rameni zglob
2. desni rameni zglob
3. zglob levog lakta
4. zglob desnog lakta
5. zglob levi šake
6. zglob desne šake



Leva šaka

7. zglob levog kuka
8. zglob desnog kuka
9. zglob levog kolena
10. zglob desnog kolena
11. levi skočni zglob
12. desni skočni zglob

Gde se nalaze tačke uz čiju pomoć lakše izlazimo na kraj sa bolovima?

To su tačke korespondentne zglobovima: u standardnom korespondentnom sistemu na šaci i stopalu. Projekciju zglobova ruku potražite na II i V prstu, a korespondencije zglobova nogu na III i IV. Po principu sličnosti tela, na "insekt sistem" zglobovi se projektuju na zglobove prstiju.

Prvo elastičnim prstenom izmasirajte zglob prsta koji je korespondentan bolnom zglobovima. Ako bolujete od poliartritisa i patite od jakih bolova u mnogim zglobovima treba da masirate sve zglobove šake elastičnim prstenom dok se ne pojavi osećaj toplote i vidno crvenilo kože. Kroz nekoliko minuta, još u toku masaže, osetićete da se bol povlači, i da, na primer, već možete da podignete ruku, da je koleno počelo da se savija.

Zatim, nadite dve - tri bolne tačke u korespondentnoj zoni obolelog zgloba. Kod poliartritisa nadite zone korespondentne onim zglobovima koji su najbolniji. Svakodnevno zagrevajte ove tačke moksama, a ukoliko su izuzetno jaki, grejte ih i po dva puta na dan.

Semenoterapija je veoma efikasna kod lečenja bolesti zglobova. Pogodne su semenke rotkvice, heljde, sočiva, prosa, cvekile, šipka, crnog bibera.

Semenke pričvrstite flasterom na bolnu korespondentnu tačku tačku ili njima prekrivajte čitavu oblast korespondentnu zglobu. Ne zaboravite da semenke treba povremeno pritiskati.

Za produženu stimulaciju tačaka korespondentnih obolelim zglobovima možete koristiti i komadiće čilibara, perlice, metalne kuglice i metalne zvezdice. Pre postavljanja stimulatora poželjno je da korespondentne zone obojite u zeleno (može i običnim flomasterom).



Iz knjige Sam svoj Su Đok doktor, prof. Park, Jae Woo