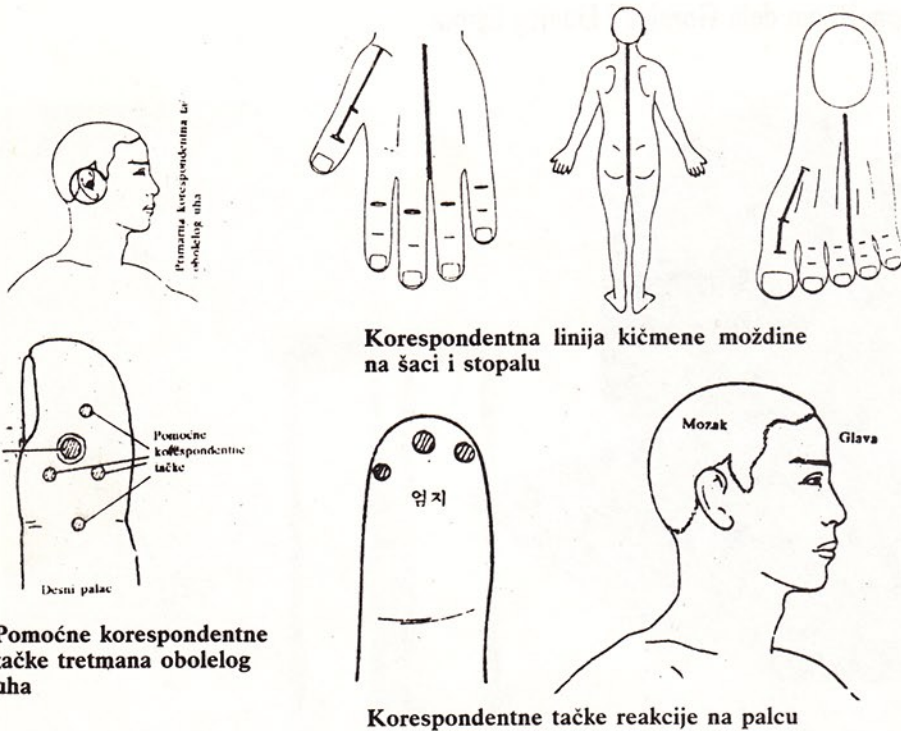


# KAKO OTKLONITI BOL

Tokom februara, dr Vera Đorđević će na dvodnevним prezentacijama upoznati žitelje Beograda, Subotice, Novog Sada i Niša, sa praktičnim mogućnostima S'Dok tehnike. Istovremeno, održaće i dva početna kursa: od 10. do 12. februara u Gornjem Milanovcu, a od 16. do 19. u Subotici.



Pomoćne korespondentne tačke tretmana obolelog uha

Korespondentna linija kičmene moždine na šaci i stopalu

Korespondentne tačke reakcije na palcu

## Prvi korak: stimulacija korespondentne tačke

Prvi korak je traženje tačke bola, izazvanog presurom, u pretpostavljenoj korespondentnoj oblasti sa obolelim delom tela i stimulacija te tačke. Ukoliko pored šake koristimo i stopala, dobićemo garantovano bolje efekte lečenja. Šaka pripada Jang-u, a stopalo Jin-u — korišćene zajedno, stvaraju harmoniju između Jina i Janga i postojaniji uspeh u lečenju.

## Drugi korak: stimulacija pomoćnih korespondentnih tačaka

Pomoćne korespondentne tačke predstavljaju dodatne osetljive „korespondentne lopte“, formirane oko primarne ili sekundarne tačke. Utvrđeno je da stimulacija ovih pomoćnih tačaka korespondencije, isto kao i stimulacija korespondentne tačke, brže dovodi do postojanijih efekata lečenja.

## Treći korak: stimulacija korespondentne tačke Jin i Jang organa

Izvestan poremećaj, nekog dela tela, pretpostavlja poremećaj na odgovarajućem meridijanu mišićnog sistema. Ključni organ sistema mišićnih meridijana je korespon-

dentan Jin ili Jang organ. Drugim rečima, pretpostavlja se da je bilo koja bolest, nekog dela tela, delimično izazvana telesnim unutrašnjim organom. Stimulacijom korespondentne tačke unutrašnjeg organa, može se postići indirektan efekat lečenja. Odaberite jednu ili dve na bol najosetljivije tačke i stimulišite ih.

## Četvrti korak: stimulacija korespondentne tačke kičmene moždine

Obzirom na funkciju koju obavlja, sigurno je da, u slučaju pojave bolesti, određeni deo kičmene moždine takođe doživljava poremećaj. Korespondentna oblast kičmene moždine na šaci ili stopalu, redovno predstavlja središnja linija korespondencije Jang strane. Zbog toga ćete tražiti tačke bola, izazvanog presurom, na gornjoj strani šake ili na svodu stopala i stimulisaćete ih. Ako naidete na dve tačke bola, izazvanog presurom, stimulisaćete ih obe.

## Peti korak: stimulacija korespondentne tačke reakcije mozga

Mozak je ključni organ centralnog nervnog sistema, koji ima sveobuhvatni nadzor nad svakim delom tela. Kada dođe do pore-

mećaja u organizmu, deo mozga zadužen je, smesta, da se pozabavi tim problemom. Posle lečenja, stimulacijom, korespondentnih tačaka bola izazvanog presurom na palcu šake ili stopala, koji predstavlja korespondentnu strukturu mozga, mozak zadržava svoju funkciju, tako, što šalje komandu za otklanjanje simptoma bolesti iz obolelog dela tela. Na palcu šake ili stopala mogu se pronaći jedna, dve ili više korespondentnih tačaka bola, izazvanog presurom. Teško je znati koja od njih je direktno povezana sa ugroženim delom tela. Zato ćete vi izabrati jednu ili dve najosetljivije i stimulisaćete ih.

INTERNATIONAL SU JOK ACUPUNCTURE ASSOCIATION  
Glavna ulica 49/2, 32300 Gornji Milanovac  
tel: 032/714-613

Opšta pravila za primenu S'Dok (Su Jok) akupresure, tehnike koju je razvio Prof. dr Park Džae Vu:

1. S'Dok akupresura je prevashodno namenjena za ukazivanje samopomoći i zato ne prisiljavajte nikoga da prihvati vašu pomoć.
2. Ako se bolovi bilo koje prirode ponavljaju ciklično ili po nekom pravilu, obavezno se obratite lekaru.
3. Prestanak bola primenom S'Dok akupresure, naročito kod hroničnih bolesnika, ni u kom slučaju ne znači i izlečenu bolest. To mora da konstatuje lekar.
4. S'Dok akupresura se primenjuje na korespondentnim oblastima šake i stopala.
5. Dokaz da ste pronašli korektno mesto korespondentne oblasti na šaci i stopalu je izrazito visok nivo bola na mestu presure (pritiska), u odnosu na zone iz njegove bliske okoline.
6. S'Dok akupresuru raditi ili pritiskom vrha palca, ili zatvorenom hemijskom olovkom bez oštih ivica, ili nekim tupim predmetom, ali ni u kom slučaju bilo kakvim šiljatim predmetom, bez obzira na njegovu čistoću.
7. Dužina trajanja akupresure na korespondentnoj oblasti, odnosno tački, je od par sekundi do dva minuta sa intenzitetom koji ste upotreбили na mestu koje ste našli prema tački 5 opštih pravila.

MARKETING CENTAR