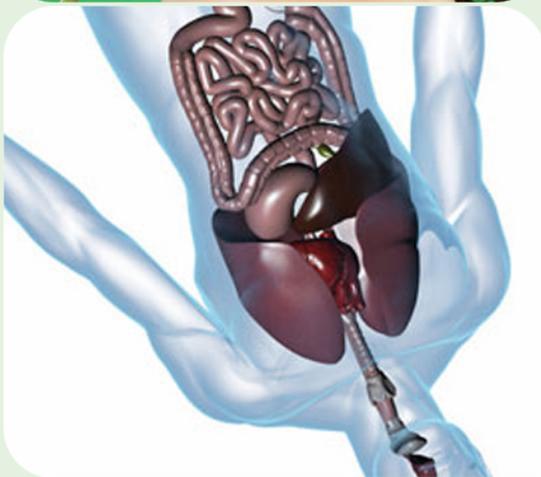
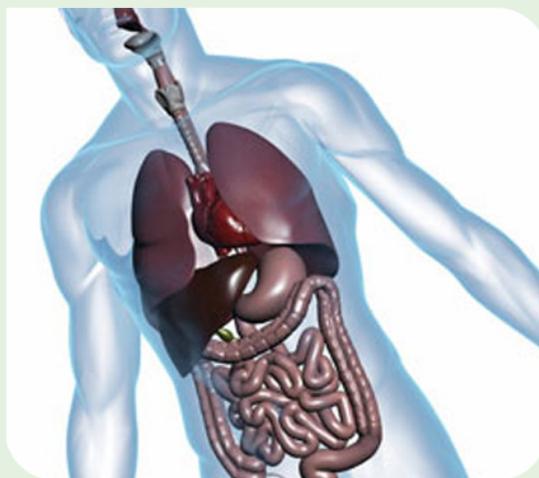


ГЛАВНЫЙ СЕКРЕТ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ ДЛЯ ОМОЛОЖЕНИЯ ОРГАНИЗМА В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ



Секретная формула китайской медицины
для омоложения внутренних органов



В этой серии специальных докладов мы продолжим знакомство с главным секретом китайской медицины для быстрого восстановления здоровья и омоложения организма в любом возрасте.

Прежде чем мы продолжим, хочу еще раз напомнить, что возможность поделиться с вами этой информацией появилась у нас не на пустом месте. В этом участвовали многие люди и организации — Всекитайская ассоциация оздоровительного цигун — наш официальный партнер и спонсор, профессор Юй Динхай и его коллеги из Шанхайского университета физической культуры, профессор У Цинчжун, доктор Чжэн Фучжун, даосский мастер Вэн Фэйлун и многие другие китайские специалисты.



Специальный доклад

Именно поэтому сегодня у нас есть возможность поделиться с вами этими знаниями, которые обладают невероятной практической пользой для здоровья и молодости вашего тела, просты и доступны в освоении.

Из первого доклада вы узнали, почему красота внешнего облика зависит от текущего состояния и здоровья ваших внутренних органов.

В этом докладе мы познакомим вас с **секретной формулой китайской медицины для омоложения внутренних органов**. Для этого нам нужно понять, почему китайская медицина считает, что сначала нужно тренировать внутренние органы, а уж потом мышцы.

Вы когда-нибудь видели дерево с мощным крепким стволом и слабыми безжизненными ветками? Если и видели, то наверняка подумали, что в этом есть что-то странное и неправильное, так в природе не бывает. Но мы зачастую начинаем тренировать мышцы не думая о том, достаточно ли готовы к этому наши внутренние органы.

Все больше и больше людей увлеченно занимаются спортом или фитнесом. Все надеются, что это укрепит мышцы, оздоровит организм, улучшит внешность. Способов тренировки очень много, но все они направлены на укрепление наших мышц, улучшение фигуры, и с этой задачей справ-



ГЛАВНЫЙ СЕКРЕТ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ ДЛЯ ОМОЛОЖЕНИЯ ОРГАНИЗМА В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

СЕКРЕТНАЯ ФОРМУЛА КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ ДЛЯ ОМОЛОЖЕНИЯ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ

03



ляются. Но способны ли эти занятия действительно укрепить наше здоровье и продлить молодость нашего тела? Китайская медицина считает, что нет.

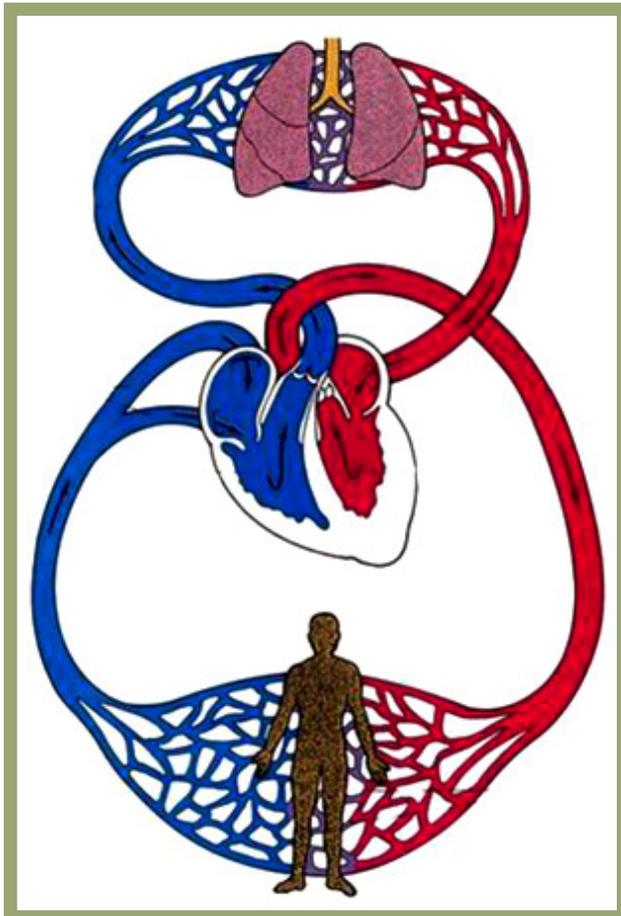
Многие пришли к спорту из-за того, что испытывают недостаток энергии, или чтобы избавиться от лишнего веса, какой-то болезни, либо просто, чтобы улучшить свою фигуру. Цель тренировок – здоровое и красивое тело, но из-за того, что зачастую есть проблемы со стороны внутренних органов, такие занятия нередко наносят здоровью вред. **И вот почему...**

Дело в том, что уровень ци и крови в организме может меняться. В организме есть определенная система регулирования количества энергии. В соответствии с потребностями выживания, в первую очередь кровь и ци подается на нужды внутренних органов, и лишь

во вторую очередь к костям и конечностям. Так же как дерево – сначала корни, ствол и ветви, и лишь потом листва. Внутренние органы обеспечивают производство и хранение ци и крови и, только если органы здоровы, все функции организма сбалансированы, организм имеет возможность обеспечить ежедневные потребности всех органов, тканей и частей тела в энергии.

Если человек чересчур активно занимается тренировками и не задумывается при этом, достаточно ли у него в организме ци и крови, это может нарушить работу внутренних органов. После тренировки мышцы и кровеносные сосуды требуют дополнительного количества крови, и организму приходится постоянно увеличивать производство крови и ци. Но быстро увеличить производство невозможно, обычно для заметного увеличения количества производимой энергии требуется 1-3 месяца. И этот период времени организм будет находиться в ситуации **«Едоков много, каши мало»**, и конечности, и внутрен-





ние органы будут испытывать нехватку ресурсов. В этот период сердце и легкие будут работать на износ, ускорится пульс, меньше энергии будет подаваться к желудочно-кишечному тракту. Понизится поступление крови и ци к некоторым внутренним органам. Мышцы будут крепнуть, а внутренние органы слабеют.

В условиях недостаточного снабжения энергией организму нужно проводить работу по переработке и усвоению питательных веществ, обеспечению обменных процессов, нужд иммунной и нервной систем, регулированию желез внутренней секреции. Это может привести к сбою в работе

некоторых органов, особенно тех, которые и до начала занятий спортом испытывали недостаток крови и ци.

Продолжительный период нехватки ци и крови ведет к ослаблению функционального состояния органов, преждевременному износу. Редко встретишь дерево с мощным стволом и слабыми ветвями, это противоречит законам природы. Если корни и ствол крепкие, ветви и листва тоже в порядке. То же самое происходит и с нашим организмом. **Приступая к укреплению тела, следует понимать порядок действий – сначала нужно укрепить внутренние органы, а потом думать о мышцах и фигуре.** Если внутренние органы испытывают недостаток крови и ци, то занятия спортом принесут только вред. Сначала нужно обеспечить поступление достаточного количества энергии к внутренним органам, добиться их гармоничной работы, и только после этого приступать к спортивным нагрузкам.

Но как это сделать? Ведь на первый взгляд эта задача не выглядит такой уж простой. Вот тут то нам и поможет секретная формула, разработанная китайской медициной для укрепления внутренних органов и тренировки всех жизненно важных систем нашего тела. **Открыл этот секрет знаменитый китайский доктор Хуа То.** Он установил, что при помощи определенных движений тела мы можем воздействовать на наши внутренние органы, тренируя и укрепляя их. Внутренние органы окружены мышцами. В течение дня работают лишь

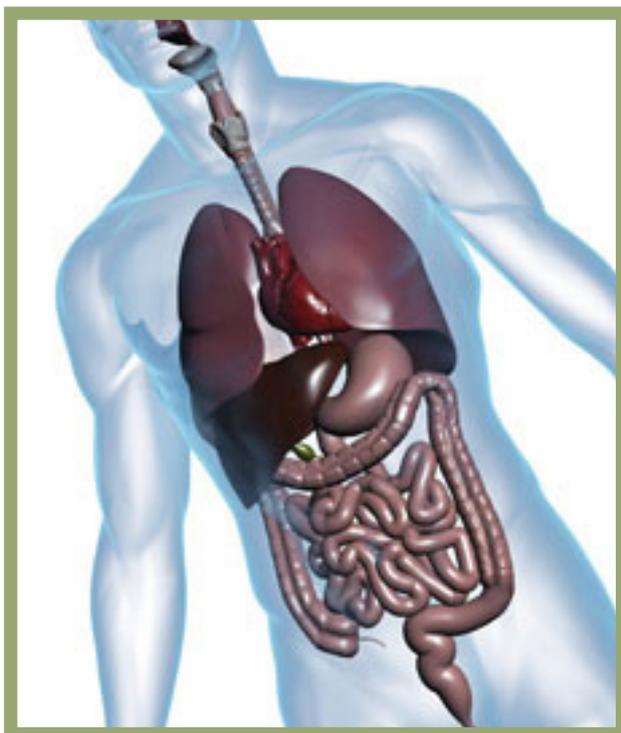


ГЛАВНЫЙ СЕКРЕТ КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ ДЛЯ ОМОЛОЖЕНИЯ ОРГАНИЗМА В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

СЕКРЕТНАЯ ФОРМУЛА КИТАЙСКОЙ МЕДИЦИНЫ ДЛЯ ОМОЛОЖЕНИЯ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ

05

некоторые мышцы туловища. Большая часть мышц, в том числе и тех, которые окружают внутренние органы, остается незадействованной.



Согласно теории китайской медицины, если вы можете направить сознание к мышцам, значит вы можете направить туда же ци и кровь и привести их в движение. Например, если вы захотите научиться двигать ушами, то сможете сделать это после небольшой тренировки, хотя раньше никогда этого не делали. То же самое касается и тех мышц, которые окружают внутренние органы. В результате такой практики вы научитесь чувствовать внутренние органы и поддерживать их в естественном расслабленном состоянии, нормализовав движение ци и крови как в самих органах, так и в окружающих их мышцах. Но эта теория была известна китайской медицине и до Хуа То. Так в

чем же его заслуга? Заслуга Хуа То в том, что на основе этой теории он смог создать комплекс всего из пяти простых упражнений, практикуя который можно тренировать все пять внутренних органов. При этом все движения в каждом из пяти упражнений подобраны таким образом, что даже если занимающийся не понимает внутренний смысл этих упражнений, он все равно получает мощный оздоровительный эффект и укрепляет и омолаживает внутренние органы. По сути, Хуа То совершил своеобразную революцию в профилактической медицине, сделав доступной для любого человека практику внутреннего тренинга. Тем, что до Хуа То было доступно лишь даосским магам и отшельникам, посвятившим свою жизнь внутренним практикам, смогли пользоваться обычные люди для укрепления своего здоровья и продления жизни. **Ведь для выполнения полного комплекса упражнений, составленного доктором Хуа То нужно всего... 12 минут.**

Впрочем, эти пять упражнений заслуживают более подробного объяснения. Поэтому мы посвятим им отдельный доклад, который будет готов совсем скоро. Он так и называется – **«Пять упражнений для быстрого увеличения энергии и омоложения внутренних органов».**

Свои вопросы и комментарии оставляйте по ссылке

http://daoqi.ru/revitalize_vid1-22

Ваш отклик очень важен и ценен для нас.