

Николай Хмарин

Бабкин массаж



ЛитРес: Самиздат
Москва

УДК 615.01
ББК 53
Х64

Хмарин Н. И.

Бабкин массаж / Хмарин Н. И. — Москва: ЛитРес: Самиздат, 2021. — 168 с.

ISBN 978-5-532-96032-9

Автор раскрывает свои самые главные секреты 30-летней практики массажа. Эта книга по нетрадиционным народным видам массажа будет интересна и полезна не только профессиональным массажистам, но и обычным людям. Особенно это касается мыльного массажа «по жилам, по сосудам» - делая этот массаж своим близким и родным, вы принесете им огромную пользу. Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

ISBN 978-5-532-96032-9

© Хмарин Н. И., текст, 2018
© Omiko Trading LTD., оформление, 2021

Содержание

Порядок выполнения массажа	9
Массаж спины	10
Сегментарный массаж позвоночника	26
Массаж воротниковой зоны	29
Массаж головы	37
Массаж лица	45
Массаж всего тела с использованием воды и мыла	57
Задняя поверхность ног	58
Задняя поверхность рук, плеч и шеи	63
Лопатки, спина и поясница	67
Передняя поверхность ног	70
Передняя поверхность рук и грудная клетка	75
Вправление пупа	81
Из личного опыта	87
Держать пациента в тепле	87
Чаще ополаскивать пациента горячей водой	88
Чаще менять воду	89
Когда переходить на другую часть тела	90
Постоянные классические меридианы	93
Массаж с использованием мёда	109
Кожа должна дышать	109
Вакуумный массаж с медом	111
Массаж с мёдом в бане	115
Баночный массаж	116
Использование рефлекторных зон в массаже	118
Несколько слов о мануальной терапии и растяжках	140

Как самому не болеть	155
Уникальные советы для настоящих массажистов	156
Некоторые примеры исцеления	161
Противопоказания к применению массажа	167
Заключение	168

*Моим первым учителям по массажу Ломакину
Ростиславу Никитовичу и Поповой Антонине Федоровне
посвящается*



Уважаемый читатель!

В твоих руках оказалась эта книга, и это уже хорошо. Тебя заинтересовало древнее искусство, с помощью которого наши далекие

предки продлевали активную жизнь и возвращали молодость, и я уверен, что ты не будешь жалеть об ее приобретении, и не поставишь, как неинтересную, на полку, ибо найдешь здесь много нового и необычного.

Я благодарен Богу за то, что в настоящее время все популярнее становится народная медицина, и что официальная медицина поняла, бороться с Природой глупо, от этого никому нет пользы, ибо еще величайший врач Древней Греции Гиппократ (ок. 460–370 гг. до н. э.), убежденный приверженец естественных способов лечения, говорил: «Природа излечивает болезни. Природа – это хозяин, а врач – ее управляющий».

Да, не подумайте, что я категорически против официальной медицины. Я глубоко убежден, что человек, который берется лечить других, должен быть высококласным специалистом во многих областях знаний. И вновь приведу слова Гиппократа, те, что он сказал по поводу вывиха плеча: «Во многих вещах врач должен быть опытным и не менее в массаже: ибо массаж может связать сустав слишком расслабленный и размягчить сустав очень тугой».

Именно поэтому я и пишу эту книгу, в ней – опыт моей работы по исцелению людей от различных недугов.

Потребовалось не так много времени, чтобы понять, что лечить человека только энергетикой, как делал я в самом начале, использовать в этой работе молитвы и заговоры, как начал делать чуть позже, – недостаточно. Очень часто нужно просто поработать своими руками. Массаж и мануальная терапия теперь прочно вошли в арсенал методов борьбы с болезнями и приобрели общее название – коррекция физического тела. В настоящее время у меня редкий лечебный сеанс проходит без контактного воздействия на человека, не считая, разумеется, тех случаев, когда массаж и мануальную терапию по причинам, изложенным ниже, делать запрещено.

Сейчас много литературы по массажу, и я не претендую на единственно правильную методику. И хотя эта книга называется «Бабкин массаж», в ней можно найти наряду с народными терминами, такими, как «массаж по жилам, по сосудам», «вправление пупа», и некоторые элементы современных школ массажа, растяжек. Также я

хочу поделиться опытом, как самому массажисту не получить травм рук и спины, ведь у любого массажиста страдают в первую очередь именно они.

Эффективность работы многократно возрастет, если вы будете использовать в ней элементы экстрасенсорики. Придется поработать над повышением чувствительности пальцев рук, а тем, кто считает всех экстрасенсов шарлатанами – расширить свой кругозор, поработать над повышением духовности и, в конце концов, задуматься над таким вопросом: «почему до сих пор не сожгли всех колдунов, а сами «сжигатели» буквально до недавнего времени втихую лечились у народных целителей».

Некоторым может показаться последнее дополнение неуместным, а я же сожалею, что не выделил его с самого начала, ибо каждый практикующий, который хочет воистину исцелять людей, должен быть высокодуховным человеком, должен, работая с пациентом, любить его. Ошибается то, кто считает, что, подходя к человеку с дурными помыслами и плохим настроением, исцелит его.

Автор

Порядок выполнения массажа

Главный принцип, который необходимо соблюдать при выполнении массажа, – последовательность, то есть поочередное использование всех основных приемов: поглаживания, растирания и разминания. Само собой разумеется, чтобы не нанести пациенту травмы, постепенно прорабатывайте мышечные слои.

Предлагаемая коррекция физического тела имеет особенность: независимо от заболевания делается массаж всего тела с различной степенью силового воздействия, чтобы полностью нормализовать кровообращение организма.

Начинать нужно с массажа спины, позвоночника и воротниковой зоны. Причем в своей работе я не применяю масел и мазей. Их использование не дает четкой цветовой картинки на спине, по которой я всегда провожу диагностику, кроме того, любая мазь мешает коже свободно дышать.

И еще очень важная особенность: массаж я провожу только на полу, так как лишь в этом случае в ход идет весь энергетический спектр семи чакр массажиста. Использование же массажного стола мгновенно исключает из работы половую и копчиковую энергии, массаж становится малоэффективным. К тому же на полу пациент чувствует себя раскрепощенней, хотя это и создает некоторые неудобства массажисту.

Массаж спины

Массируемый лежит на животе, голова повернута набок, руки вдоль тела. Массажист располагается с левой или правой стороны от пациента и кладет ладони на область поясницы (рис. 1).

Поглаживание

Руки медленно начинают скользящие движения вверх вдоль позвоночника, доходят до плеч и спускаются по рукам обратно к пояснице. Поглаживание используется в начале и конце массажа, а также после каждого более грубого воздействия. Помните, что во время этого пасса руки должны быть расслаблены.



Рис. 1

Такие поглаживающие движения вверх необходимо достаточно долго, одновременно вслушиваясь в свои первые ощущения в ладонях и запоминая их: хорошо ли скользят руки. Через некоторое время поменяйте направление движения рук и вновь вслушайтесь