

Tichá reč tváre

Oči

Začervenanie a suché oči môžu signalizovať problémy pľúc, pečene a srdca. Komu opúcha horné viečko, mal by sa zamerať na podporenie sleziny a žalúdka. Vypúlené oči signalizujú problém s pečťou. Tmavé kruhy pod očami hovoria o nadmernom solení jedál, ktoré spôsobuje zaťaženie obličiek.

Vlasy

Vypadávanie alebo predčasné šedivie súvisí s genetikou, ale aj s nadmernou duševnou a fyzickou prácou, so stresom, s hormonálnou antikoncepciou a s nadmerným sexuálnym životom. Pri vypadávaní vlasov pomáha rastlina kustovica čínska, čierny sezam a vhodné je zrýchliť cirkuláciu krvi, čo sa dá docíliť aj akupunktúrou. Na problémy s mastnými vlasmi zaberá potieranie pokožky hlavy čerstvou šťavou z nastrúhaného zázvoru.

Nos

Koniec nosa vypovedá o stave srdca. Začervenanie poukazuje na preťaženosť. Vonkajšia časť nosa hovorí o slezine a trávení – studený nos znamená problém so slezinou. Koho trápia v nose suché chrasty, určite má problém s pľúcami.

Jazyk a pery

Jazyk by mal byť ružový. Príliš svetlý jazyk vypovedá o únave organizmu, tmavý o sklonoch k zápalom, ryhy o veľkom vyčerpaní, odtlačky zubov o zlom trávení. O zlom trávení hovoria aj popraskané pery. Komu sa tvoria tzv. kútky, nemá v poriadku žalúdok. Na vine však môže byť aj prechladnutie.

Zažltnutá tvár

Na príčine môže byť nepravidelné stravovanie, ktoré poškodzuje slezinu a žalúdok. Nedostatočná výživa kože sa môže prejaviť aj pri veľkej a chronickej strate krvi, napríklad pri menštruácii. K bledosti prispievajú aj emočné poruchy či dlhodobá choroba, ktorá odoberá životnú energiu, ktorú Čiňania nazývajú čchi. Bledá tvár zasa môže trápiť ľudí, ktorí jedia prevažne surovú stravu. Tá spôsobuje stagnáciu energie čchi a zrazenie krvi v dráhach. Tvár potom nemá dostatočnú výživu.

Opuchnutá tvár

Opuch tváre znamená problémy s pľúcami alebo so slezinou, ktoré vyvoláva nadmerná záťaž, zlé stravovanie, dlhodobá hnačka, ale aj zahlienený organizmus.

Vedeli ste, že veľkosť uší vypovedá o tom, či máme dobrý základ, a bledá tvár trápi ľudí, ktorí jedia prevažne surovú stravu?



FOTO: TERRA MEDICA

Ukáž mi tvár a ja ti poviem, čo trápi tvoje telo. Všetky neduhy či už fyzického, alebo duševného charakteru sa neomylné odrazia práve na našej pleti, očiach, ústach a vlasoch. Dokonale v nich vie čítať práve orientálna medicína. Terapeut tradičnej čínskej medicíny Chang-chun Shi z Kliniky alternatívnej medicíny vám pomôže pochopiť, aké signály vysiela vaše telo. ■

Uši

Veľkosť a tvar uší vypovedajú o našej genetickej výbave. Čím sú uši väčšie, tým je lepšia. Zdravá farba uší má byť červená.

Návaly tepla

Návaly tepla do hlavy a tváre spojené s potením sú spôsobené vyčerpanými obličkami. Ich príčinou môže byť napríklad prílišná sexuálna aktivita, dlhodobá choroba, ale aj blížiac sa menopauza.

FOTO: profimedia.sk