

MOKSA



Zabieg moksy stosowany jest we wschodniej medycynie od tysięcy lat. Swoją nazwę zawdzięcza roślinie *Artemisia moxa* (chiński piołun). Ze sproszkowanych liści tej rośliny sporządza się cygara o długości 20 cm i średnicy 1,5 cm. Zapalone, gorące cygaro piołunowe terapeuta trzyma w odległości 1–1,5 cm od ciała pacjenta - nad określonymi punktami, aż do momentu odczucia głębokiego ciepła. Chodzi o tzw. punkty akupunkturkowe, czyli miejsca koncentracji energii w organizmie. Najczęściej są to punkty na rękach, nogach, brzuchu i plecach. Konkretną mapę punktów dobiera się indywidualnie do potrzeb pacjenta, w zależności od typu jego dolegliwości. Punkty należy nagrzewać według określonej kolejności. Ogrzewanie punktów na ciele rozżarzonym cygarem piołunowym przynosi efekt leczniczy dzięki działaniu wysokiej temperatury, która rozszerza naczynia krwionośne, powodując szybszy obieg krwi. Oprócz terapii ciepłem w czasie zabiegu ze spalającego się zioła uwalniają się różne związki chemiczne o właściwościach leczniczych, a także sam aromat działa terapeutycznie. Zabieg moksy wykonuje się dwa razy w tygodniu, przez około 15 minut. Cała seria liczy zazwyczaj od 7 do 10 zabiegów.

Moksa ma bardzo dobroczynny wpływ na ogólną kondycję organizmu: normalizuje krążenie krwi i przepływ energii życiowej, zwiększa siły, poprawia sen, wzmacnia system odpornościowy. Wskazania do stosowania moksy to:

- **choroby - przeziębienia**
- **chroniczny katar**
- **nerwobóle**
- **rwa kulszowa**
- **bóle stawów.**
- **bóle wszelkiego pochodzenia**

Moksa polecana jest także jako terapia wzmacniająca organizm kobiety przed poczęciem i ułatwiająca zapłodnienie.