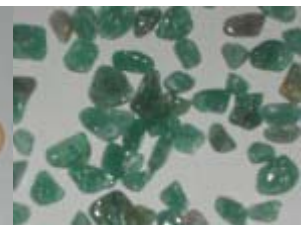


Su Jok

Onnuri **Kristallterapi** *Lithoterapi*

Behandling med hjälp av halvådelstenar



Kristallterapi

Kristaller av olika sorter har sedan tusentals år använts för olika ändamål i många kulturer, bland annat Egypten och i de flesta shamanska kulturer, från Australien över Asien till Amerika.

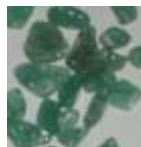
På den senaste tiden har intresset vuxit starkt och det finns många teorier om effekterna av de olika kristallerna. Här presenteras Onnuri kristallterapi.

Kristallerna kan användas både i sambandssystemen och i energisystemet.

Var uppmärksam på klientens reaktioner, kristaller är ett kraftfullt redskap.

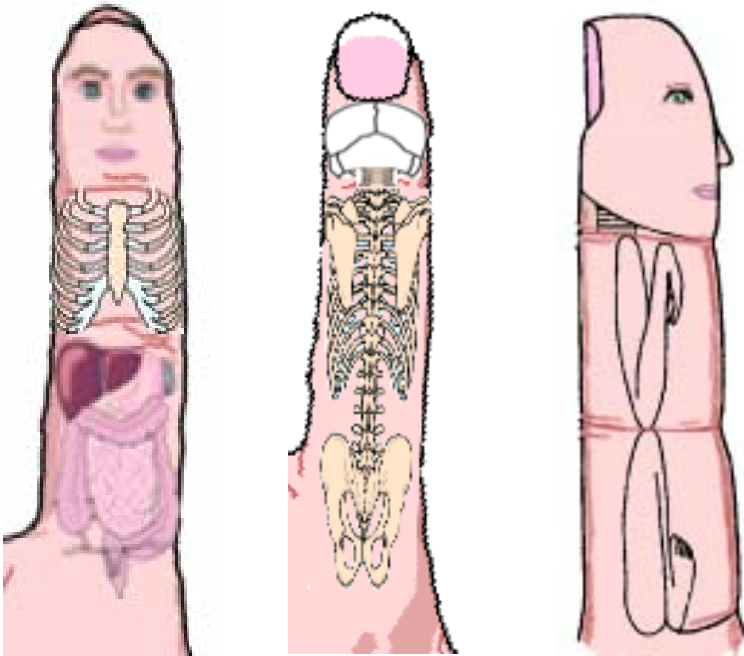
Kristaller på sambandspunkter

På sambandspunkterna använder man antingen små, oslipade kristaller eller runda slipade kristaller. Fäst kristallerna med tejp på händer, fötter eller öron. Använd tabellen för att avgöra vilken kristall som ska användas.



Energi	Kristallfärg	Kroppsdela som harmoniseras
Vind	Grön	Lever, gallblåsa, muskler, senor, leder
Värme	Röd	Hjärta, tunntarm, artärer, vener
Hetta	Orange	Hjärna, ryggmärg, nerver, endokrina körtlar
Fukt	Gul	Magsäck, mjälte, bukspottkörtel, fettväv, lymfa
Torka	Vit, brun	Lunga, tjocktarm, slemhinnor, hud, immunsystem
Köld	Blå, svart	Urinblåsa, njure, urinvägar, skelett, könsorgan

När kristallen fästs på punkten ska man vara extra uppmärksam den närmaste kvarten. Om det inte känns bra tar man bort kristallen. Prova med någon annan kristall tills det är en behaglig känsla. Låt kristallerna sitta upp till ett dygn på samma punkt. Därefter kan man behandla samma problem på en annan sambandspunkt eller behandla något annat problem.



Exempel på sambandspunkter, insektssystemet, finns på samtliga fingrar och tår.

Kristaller på chakra

På byolchakra (projektioner av kroppens chakra på händer, fötter eller öron) används runda kristaller med en diameter på cirka 1 centimeter. Fäst kristallerna med tejp.



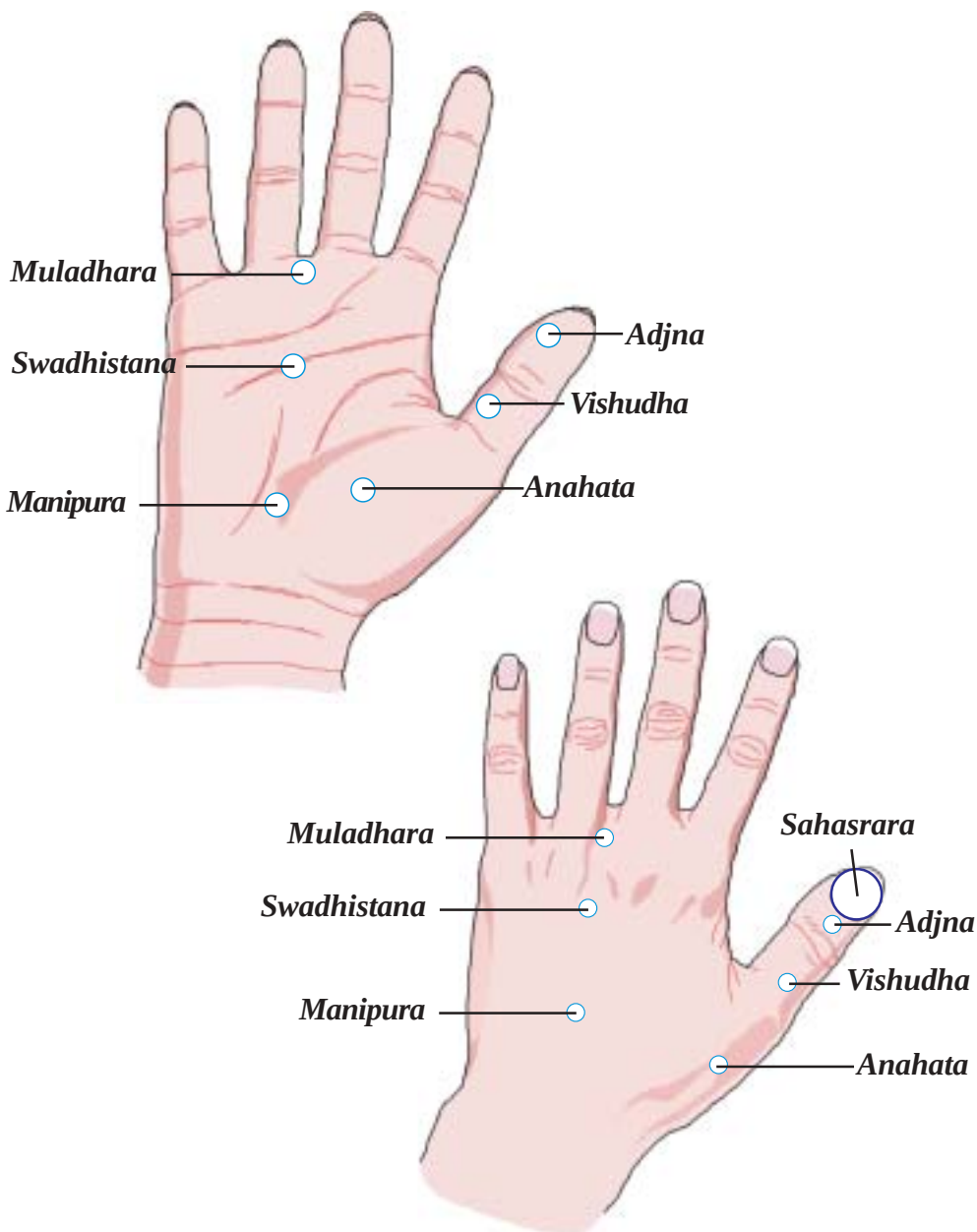
Chakra	Kristallfärg	Problem som behandlas
Sahasrara	Genomskinlig Lila	Degenerativa sjukdomar, nedsatt syn, immunproblem, huvudvärk, sömnsvårigheter, oro, stress
Adjna	Orange	Störningar, i det endokrina systemet och menstruationscykeln, sjukdomar i ögon och andra sinnesorgan, MS, huvudvärk, degenerativa sjukdomar, nedsatt immunförsvar, förkylning, influensa, bihåleinflammation, lunginflammation, mentala sjukdomar

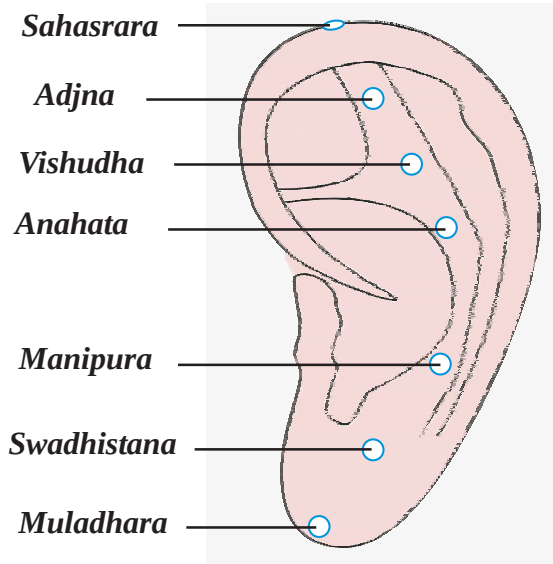
Vishudha	Röd, blå	Brännsår, ont i halsen, laryngit, kvävning, huvudvärk (migrän), öronproblem, problem med att kommunicera, uttrycka sig själv, kreativitet, tal, ilska och för att återhämta sig efter trauma
Anahata	Grön	Hjärtproblem, problem med blod-cirkulation, infektioner, kärleksproblem, ensamhet, lågt självförtroende, oförmåga att känna medlidande och att acceptera kärlek, brist på fantasi
Manipura	Gul	Diabetes, matsmältningsproblem, magsår, urinproblem, apati, trötthet, viljelöshet, tankestörningar, mentala störningar
Swadhistana	Brun, orange	Sjukdomar i äggstockar och mjälte, sexuella störningar, mensrubbingar, sterilitet, astma, allergi, epilepsi, artrit, cyster i äggstockar, endometrios, hosta, dålig förmåga att visualisera
Muladhara	Svart, röd	Smärta, diarré, återhämta sig efter abort eller missfall, klimakteriebesvär, livmodersjukdomar, mensrubbingar, sterilitet, låg livsenergi, anemi, dålig blodcirkulation, AIDS, leukemi, cancer, ångest, känslomässig labilitet, rädsla för beroende, oförmåga att gå vidare

När kristallen fästs på chakrapunkten ska man vara extra uppmärksam den närmaste kvarten. Om det inte känns bra tar man bort kristallen. Prova med någona annan kristall eller något annat chakra tills det

är en behaglig känsla. Låt kristallerna sitta upp till ett 12 timmar, inte när man sover. Upprepa samma behandling så länge det känns bra.

Byolchakran finns på händer, fötter och öron, dessa projektioner lämpar sig väl för behandling.





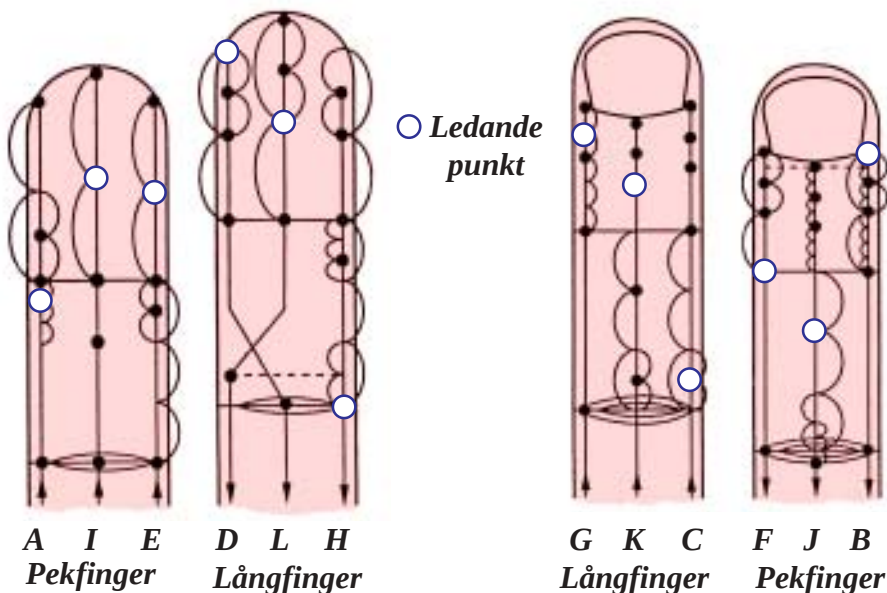
Kristaller för byolmeridianer

Byolmeridianer ligger på fingrarna och är projektioner av kroppens meridianer. På byolmeridianernas punkter passar det bäst att applicera runda kristaller med en diameter på 4,5 mm.

För att öka eller minska energin i en hel meridian kan man använda sig av de ledande punkterna.



Meridian	Ökar energi	Monskar energi
A Lungans meridian	Vit, brun	Röd
B Tjocktarmens meridian	Vit, brun	Röd
C Magsäckens meridian	Gul	Grön
D Mjälte/bukspottkörtelns meridian	Gul	Grön
E Hjärtats meridian	Röd	Vit, brun
F Tunntarmens meridian	Röd	Vit, brun
G Urinblåsans meridian	Blå. svart	Orange
H Njurens meridian	Blå. svart	Orange
I Hjärnans meridian	Orange	Blå. svart
J Ryggmärgens meridian	Orange	Blå. svart
K Gallblåsans meridian	Grön	Gul
L Levers meridian	Grön	Gul



När ska man öka eller minska

Använd den här tabellen för att avgöra om energin i en meridian behöver ökas eller minskas.

Minska energin

Skarp smärta längs meridianen
Rödaktig hud längs meridianen
Hetta längs meridianen
Svullnad längs meridianen
Problem värre på dagen
Problem värre på sommaren

Öka energin

Dov smärta längs meridianen
Blek hud längs meridianen
Kall längs meridianen
Insjunket längs meridianen
Problem värre på natten
Problem värre på vintern

Fäst kristallen med tejp på den ledande punkten. Observera reaktionen noga den närmaste kvarten. Om problemen tilltar så byt färg på kristallen.

Om problemet är symmetriskt på vänster och höger sida i kroppen ska kristallerna sitta på motsvarande sidor på båda händerna.

Kristallen kan sitta upp till tolv timmar, men inte när man sover. Upprepa behandlingen dagligen så länge problemet kvarstår.

Rena kristaller

Man bör rena kristallerna emellanåt för att de ska behålla sin energi. Det finns flera olika sätt att rena kristaller. Börja med att avlägsna eventuella tejprenster, därefter kan man till exempel skölja dem i rinnande vatten, lägga dem i havssalt eller lägga dem i månsken.

Läs mer

Lär dig mer om de sambandssystem som används i Su Jok i boken **Bota dig själv med Su Jok** av professor Park Jae Woo

En artikel om Onnuri kristallterapi finns i tidskriften **Onnuri Medicine no 8**.

Studera Su Jok

Man kan studera Su Jok på flera olika orter i Sverige. Se www.sujok.se kontakta info@sujok.se eller ring 08-559 24 170 för aktuella kurser och utbildningar.



In Yo Östasiatisk Läkekonst

Svärdlångsvägen 44

120 60 ÅRSTA

08-559 24 170

www.inyo.se

info@inyo.se

skype: inyoboengborg