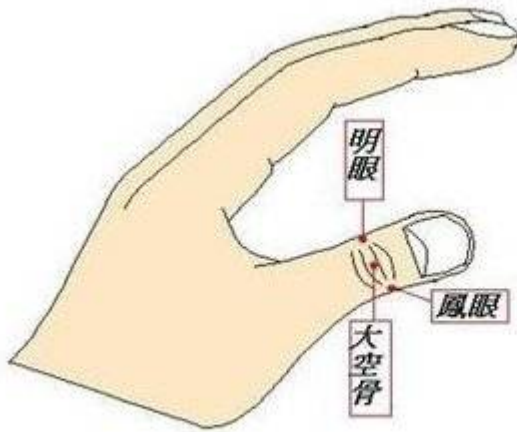


# HUYỆT MINH NHÃN CHỮA MỎI MẮT, LÀM SÁNG MẮT, GIÚP NGỦ NGON !!!

*Huyệt Minh Nhãn vừa quan trọng, vừa hữu dụng, phòng chứng mệt mỏi, đục thủy tinh thể, giúp ngủ ngon.*

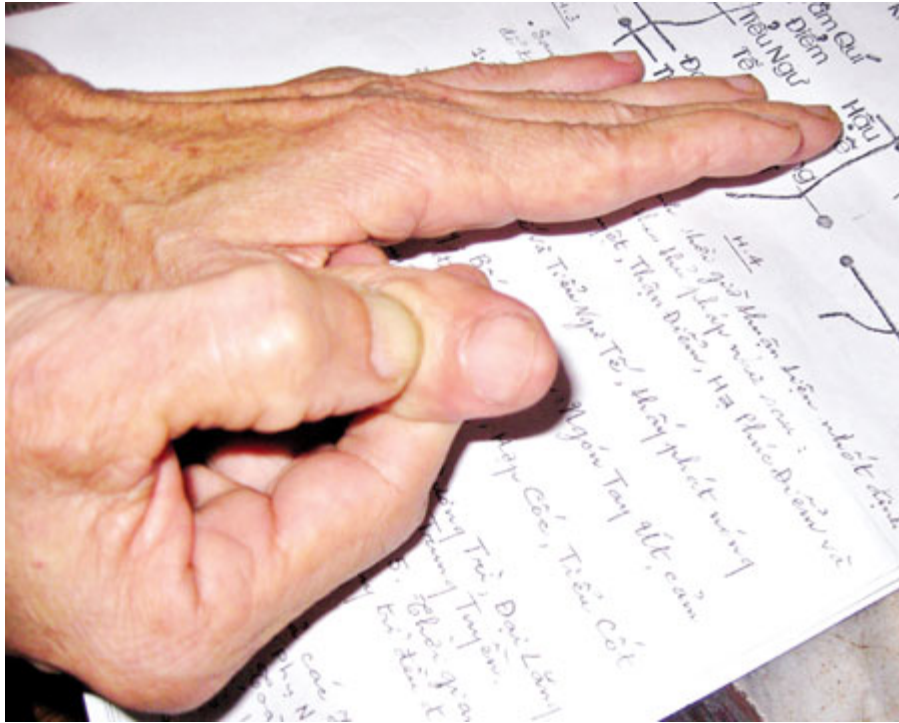
Đây là câu chuyện do một vị Huynh trưởng đã hơn 60 tuổi chia sẻ. Ông ấy vốn có bệnh cận thị và lão thị. Sau khi xoa ấn huyệt này được nửa năm, ông đi kiểm tra lại mắt thì thị lực đạt được 1.2. Hiện nay, ông ấy không phải đeo mắt kính nữa! Thành thạo, ông lại ấn huyệt Minh Nhãn khi rảnh rỗi. Các vị có công việc, luôn phải tiếp xúc với màn hình vi tính, cần biết diệu phương này! Chúc Quý vị sức khỏe!

**HUYỆT MINH NHÃN, HUYỆT PHƯỢNG NHÃN, HUYỆT ĐẠI KHÔNG CỐT**



Khi đã có tuổi, chúng ta dễ bị lão thị. Xin thử cách ấn huyệt Minh Nhãn. Bảo đảm quý vị sẽ được TAI THÍNH, MẮT SÁNG.

Nếu quý vị thường cảm thấy mỏi mắt, nhưng lại không đúng vào giờ ngủ, xin vận dụng phương pháp xoa bóp huyệt đạo để thư giãn mắt.



***Trên ngón cái của chúng ta có ba (3) huyết tiếp giáp nhau (như hình vẽ), đó là huyết Minh Nhân (giáp ngón trỏ), huyết Phượng Nhãn (phía ngoài ngón cái) và huyết đại không cốt (ở giữa).***

Huyết Minh Nhân và Phượng Nhãn có thể trị chứng mờ mắt và viêm kết mạc cấp tính; đại không cốt huyết thì trị tất cả các triệu chứng bệnh liên quan đến mắt.

Các vị thường gặp chứng mờ mắt mỗi ngày nên phải kích thích ba (3) huyết này hai lần. Phương pháp: kẹp ngón cái giữa ngón cái và ngón trỏ của tay còn lại, dùng móng của ngón cái lần lượt kích thích 3 huyết đạo này, ấn với mức độ có cảm giác hơi đau là được.

Đây là phương pháp ấn huyết đơn giản, khi đang rảnh rỗi giữa các ca làm việc, hoặc trong lúc đợi xe, đều có thể thao tác như thế.

Các vị thường bị mờ mắt, lại khó ngủ, nên sử dụng phương pháp này, sẽ dễ dàng tìm lại giấc ngủ.

Phương pháp trên cũng có thể ức chế chứng đục thủy tinh thể do cao tuổi.

PvP sưu tầm