

3889

۵۰۰

۱
۱۳۴
موسس

سید الفیض

www.Ketab.ir

سرشناسه : برزگر، عبدالمجید، .
عنوان : غمز و دلک ایرانی
تکرار نام پدید آور : عبدالمجید برزگر
مشخصات نشر : قم: ابتکار دانش، ۱۳۹۷
مشخصات ظاهری : ۱۳۲ ص . مصور
شابک : ۸-۵۱۵-۱۱۱-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی : فیپا
موضوع : پزشکی سنتی
موضوع : بیماری ها - درمان
رده بندی کنگره : ۱۳۹۷، ۹ غ ۴ ب / ۱۳۵ R
رده بندی دیویی : ۶۱۰
شماره مدرک : ۴۸۱۵۶۲۹

غمز و دلک ایرانی

عبدالمجید برزگر

ناشر: ابتکار دانش

لیتوگرافی: ترام اسکندر

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۷

شمارگان: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۸۵۰۰ تومان

شابک: ۸-۵۱۵-۱۱۱-۶۰۰-۹۷۸

کتابخانه عمومی آیت الله العظمی بروجردی

مرکز پخش: قم، خیابان صفائیه، کوچه ۲۸، کوی جلالزاده، فرعی اول، پلاک ۶۹

تلفن: ۰۲۵۳۷۷۴۶۵۶۷

ماشگری

غمز و دلک

طب ایرانی

استاد عبدالمجید برزگر

از زحمات و راهنمایی جناب پوهنرس حکیم حسین خیراندیش

و

خانم دکتر شهلا اسدزاده، خانم دکتر هوشم قادری، آناتومیست خانم ساره کظمی،

آقای دکتر بهروز عباسی، آقای دکتر علی تجرن، آقای دکتر رحیم نعمت،

خانم دکتر خامنه و همچنین جناب آقای عباس زکریی کمال تشکر را دارم.

فهرست مطالب

۹	مقدمه استاد خاندیش
۱۱	پیشگفتار
۱۳	فصل اول
۱۳	جنایتی به نام خیانت
۱۴	پیدایش
۱۶	تکامل
۲۳	فصل دوم
۲۳	روغن‌ها، پمادها، مواد معدنی، ضمادها، کماها
۲۵	مضرات مالش‌گر
۲۶	مضرات مالش‌پذیر
۲۷	صفات هشت‌گانه فنون
۲۸	پیش‌ورز
۳۰	نرمایش
۳۱	گرمایش
۳۲	غمز و دلک عمومی
۴۰	ماريام (جهش کبد - نرمایش ارتعاشی پالایشی)
۴۳	نرمایش کمر
۴۵	گرمایش کمر
۴۷	دیسک

۵۲	قلب - آماده سازی و بازتاب
۵۵	ساعد
۶۱	فصل سوم
۶۱	غمز و دلک پیشرفته (طاق باز)
۶۱	ماساژ لنفاتیک
۶۱	حرکت ها
۶۷	ماساژ دال
۶۹	ماساژ مریه (MS)
۷۵	فصل چهارم
۷۵	مارما: مارا
۷۵	خصوصیات علایق
۷۶	ماساژ رهاکننده (قبل کندالی)
۸۱	فصل پنجم
۸۱	میگرن
۸۱	غمز و دلک میگرن
۸۶	ماساژ لاغری
۸۸	* حرکات ورزشی
۸۹	شروع ماساژ زانو از کمر است: ماساژ زانو
۹۲	ماساژ لنفاتیک
۹۲	حرکت ها
۹۵	غمز و دلک و حمام
۹۶	فصل ششم
۱۰۰	سکته مغزی
۱۰۰	عضلات چگونه کار می کنند؟
۱۰۰	غمز و دلک کتف و گردن و دست
۱۰۴	ضایعه نخاعی

فصل هفتم.....	۱۰۷
غمز و دلک صورت.....	۱۰۷
مراحل غمز و دلک صورت.....	۱۰۷
ماسک صورت.....	۱۱۰
رمالش چیست؟.....	۱۱۱
فصل هشتم.....	۱۱۵
ماساژ یابید.....	۱۱۵
ماساژ عمومی بدن (روغنی).....	۱۱۸
نحوه‌ی شروع ماساژ روغنی (عمومی) بدن.....	۱۱۸
ابتدا روغن مالی.....	۱۱۸
فصل نهم.....	۱۲۵
ماساژ عمومی غمز و دلک ۲.....	۱۲۵
ماساژ عمومی روی پشت بدن.....	۱۲۵
ماساژ عمومی از قسمت روی بدن (جلو).....	۱۳۰

بسمه تعالی

بر اساس باورهای طب سنتی ایران، تن انسان برآیند اثر چهار ماده به نام صفرا، سودا، دم و بلغم است که در سراسر عروق جاری هستند و هر کدام به اقتضای نیاز، اندام‌های ویژه‌ای را تغذیه می‌کنند. بطور طبیعی تحت شرایط خاصی مانند ترک ورزش سنگین، سرمای موضعی، سرما، غم بعد از نشاط، ورود و خروج در آب سرد، بعد از گرما و بی‌حرکتی مداوم، مواد مزبور که اخلاط نامیده می‌شوند، در گذرگاه‌های عروق رسوب می‌کنند و با تکرار آن برخی از قسمت‌های این اخلاط مانند بلغم به حدی فشرده می‌شوند که شکل غلیظ، شبنم، عضله و حتی شبه استخوان و مفصل به خود می‌گیرند.

ذوب کردن این حالت اخلاط به طور طبیعی به کمک دارو میسر نیست مگر با مالش میسر باشد بسیار کند اتفاق می‌افتد.

لاکن روش دلك، به ویژه دلك طب سنتی ایران، چنانچه با تمهیدات آن انجام شود، می‌تواند این گذرگاه‌ها را از رسوب خلط بلغم پاکسازی نماید و به تدریجی تند و یا کُندش مانع گذر خون را از سر راه بردارد. مراحل این تغییر راه انسدادی به مسیری طبیعی توسط ماساژ از طریق گرم کردن و نرم کردن، مالش و ورزش و

سایش و فشار موضعی یا ورزش‌های انجام می‌گیرد که گاهی این عملیات به همراهی روغن‌های مختلف صورت می‌گیرد. چنانچه به کارگیری این رفتارها و چیش این عملیات درست باشد، تغییرات اساسی در بیمار پدید می‌آید که چیزی شبیه معجزه است؛ اتفاقاتی مانند رفع انسداد کرونری، رفع علائم اختلال حرکت و فلج، رفع انسداد خلطی که موجب بینایی می‌شود. از این دست اتفاقات است که شبیه معجزه در درمان جلوه می‌کند. کاری که در طول مدت چند دهه برادرمان جناب آقای دکتر به تجربه و تکرار به آن دست پیدا کرده و تجربیات کاری خود را در این کتاب به کارش برآورده است. از این دست اتفاقات است که به نام غمز و دلک طب ایرانی معرفی می‌گردد.

اینجانب اتفاقات درمانی بسیار مهمی را در این مسیر و به وسیله این روش ورزش‌های به چشم دیده‌ام و اعصاب و اعصاب را به امام صادق (ع) است که می‌فرماید: «اگر خبر بدهند که مرده‌ای در اثر دلک زنده شد، من تعجب نمی‌کنم» واقعیت دارد و می‌توان تا این حد از غمز و داک انتظار درمان داشت و مرگ‌های ناشی از بلور اخلاط و انسداد را می‌توان درمان کرد. امیدوارم با بهره‌گیری از این روش که استاد برزگر سامان داده است، بیماران فراوانی درمان پذیرند و جمعیت این روش را توسعه دهند. به امید توسعه همه جانبه طب سنتی ایرانی اسلامی

حسین خیراندین

۹۷/۱/۲۷

پیشگفتار

انری به پیش روی شماست مجموعه‌ی کوچکی از غمز و دلک است که با اجراء این فنون می‌توان به بهبودی کیفی بسیاری از بیماری‌ها تأثیرگذار می‌باشد. هدف از نگارش این کتاب به جهت بهبود و کنترل و درمانی بسیاری از بیماری‌های است که می‌توان در طب کلاسیک و سنتی بکار برده شود. نقل است از امام صادق (ع) که «اگر دیدی مردی با ماش زنده شد، هرگز تعجب نکنید». این کتاب حاصل چندین سال تحقیق و این روش‌ها در مورد بسیاری از بیماری‌هاست که به ما مراجعه نموده‌اند. ما با این روش‌ها بسیار بر انواع بیماری‌ها تأثیرگذار بوده‌ایم و اجراء صحیح این حرکات می‌تواند مورد التیام و آرامش و بهبود کیفی بیماری گردد. ما با این روشی طبیعی شما را آشنا خواهیم کرد تا بتوانید با اندک هزینه‌ای مجموعه درمان افراد جامعه را شامل شود. کتاب پیش روی شما حاصل زحمت افرادی است که در آن سال‌ها زحمت کشیده‌اند و مجموعه فنون این کتاب با بررسی کامل به عمل آمده است؛ چه از لحاظ آناتومی و نقاط بازتابی و حرکت روی عضو آسیب دیده.

امید است که از مجموعه این کتاب جهت التیام بیماران بهره گیرید و از این طریق بتوانید رضایت خالق یکتا را فراهم سازید. عمل مالش‌گری عملی است که در آن تمرکز حواس و اجراء صحیح حرکات جزو اصل این فنون می‌باشد. و در این

کتاب انواع حرکات دست ذکر شده و راهنمایی خوبیست که از آن بهره خواهید بُرد. حرکات هر یک به تنهایی یک فن است و ترکیب این حرکات مجموعه مالش‌گری غمز و دلک را شامل می‌گردد. امید است که اجراء صحیح کار ورز بتواند از مطالب این کتاب بهره کافی را جهت آرامش تن و روان افراد جامعه بهره جوید.

www.Ketab.ir