

## Magic

There are some things in the universe that are beyond our understanding. One of those things is how I bent spoons with the energy of my mind. I was at workshop about not limiting ourselves by our doubts. Each participant had a regular spoon. We were to hold our spoons lightly and then think about making them bend. We were to think about the metal getting soft. The leader told us that when the spoon started to bend, we



were to say, "it's bending!" until then we were to say, "Bend! Bend! Bend!" I doubted that a spoon would listen to me.

Then as I was holding the spoon and putting hardly any pressure on it, the spoon began to turn in my hand. To my surprise, the spoon got soft and bent into a 90-degree angle.

I started to say, "it's bending!" and others looked at me, still saying, "Bend! Bend" I looked around. Suddenly other people's spoons were bending into loops. I picked up another

## السحر

هناك بعض الأشياء في الكون أبعد من فهمنا. واحد من هذه الأشياء هي كيف عطفت الملاعق بالطاقة التي من ذهني، كنت في المعمل لكي لا

نحد من انفسنا بشكوكنا، كل

مشارك لديه ملعقة عادية، كنا

هناك نمسك الملاعق بخفة و

من ثم نفكر بجعلها تنثني.

كنا نفكر في المعدن

ليصبح ليناً، القائد اخبرنا بأنه

عندما تبدأ الملعقة في الإنحناء فعلياً

ان نقول "إنها تنحني!" حتى الى ان نقول "انحني!

انحني! انحني!" شككت في ان تلك الملعقة ستستمع الي.

ثم كنت ممسكة بالملعقة ولم اكن

اضغط عليها فبدأت الملعقة بالانحناء في يدي، فأندهشت

الملعقة اصبحت لينة وانحنت الى زاوية 90 درجة.

فبدأت اقول "إنها تنحني!" ونظر الي الآخرون وما زالوا

يقولون "انحني، انحني" ثم نظرت حولي، ففجأة

ملاعق الناس الآخرون كانت تنحني الى حلاقات، فألتقطت

spoon, as the leader asked me, "why don't you believe?"

And this time, the spoon did what I instructed it to do . It bent over double into a full loop and then some. The third time I picked up a fork instead of a spoon. I believed that the metal would get soft, and when it began to bend, I turned it in all ways. I twisted it twice and made a corkscrew out of it. It was thrilling to see that a law of nature could be broken, or at least bent.

I saw another really strange thing happen. Four people picked up a fifth person without any strain. The procedure is simple: one person sits on a chair. The four people can try to pick up the person in the chair by holding onto one chair leg each and lifting. That way, however, is not easy. The better way is defy gravity. The four lifters put their hands, one on top of the other, on top of the head of the person on the chair. Then they press down gently with all eight hands. Then, on the count on three, they remove their hands, and with their index fingers only, left the person. Two put their fingers under the person's knees. The other two put their

ملعقة اخرى فسألني القائد: "لماذا لاتصدقين؟"

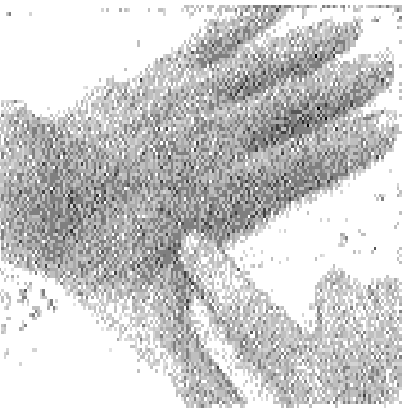
في هذه المرة الملعقة فعلت ما امرتها به، إنها انحنت اكثر من مرتين في حلقتين وزادت قليلا، في المرة الثالثة التقطت شوكة بدلا من ملعقة، فصدقت بأن المعدن سيصبح ليئا وعندما بدأت تنحني، لفيتها في كل الإتجاهات فعطفتها مرتين ثم صنعت منها مفتاحا. (هنا يقصد به فتاحة قوارير) كان مثيرا أن ترى قانون للطبيعة فربما أن تنكسر او على الأقل تنتهي.

رأيت شيئا اخر غريبا يحدث، اربعة اشخاص رفعوا شخصا خامسا بدون اي جهد، الاجراء هي سهل : شخص واحد يجلس على كرسي، واربعة اشخاص يحاولون رفع الشخص على الكرسي وذلك بان يمسك كل شخص رجل واحدة من الكرسي ويرفعون على اي حال فإنها ليست سهلة، الطريقة الافضل هي تحدي الجاذبية، الاربعة الرافعين يضعون ايديهم كل واحدة فوق الأخرى وذلك فوق رأس الشخص الجالس على الكرسي. ثم يضغطون على راسه برفق بأيديهم الثمانية. ثم بعد العد الى ثلاثة يبعدون ايديهم و بسبابتهم فقط يرفعون الشخص، اثنان يضعون اصابعهم تحت ركب الشخص، والاثنان الاخران يضعون

index fingers under the person's shoulders, in the armpits.

And all lift together. The eight fingers of the four lifters will raise the person off the chair and into the air.

Is it a magic? Or it is something else? There are some things that are simply mysterious. We do not know why they work. To many people, acupuncture and acupressure are in the category of the unknown. One day, I was teaching a graduate class in methodology, and a student in the front row was pulsing with headache pain. He didn't say anything



about it, but I could see the pain coming from him. I continued to teach, but I went to the student's side. His eyes were closed. I put out my hand. Without opening his eyes, he put his hand in

mine. I touched a point on the back of his hand opposite his thumb. I began to rub that point, the hegu point. Tears ran down his face, but I continued the gentle massage of the hegu point on his hand. And I continued to talk to the class

سببائهم تحت اكتف الشخص. في ابطييه.

ثم الكل يرفعون سوية، الاصابع الثمانية للرافعين الاربعة

سترفع الشخص من على الكرسي في الهواء.

هل هو سحر؟ ام هو شئ اخر؟ هناك بعض

الاشياء بتك البساطة تكون غامضة، لانعرف لماذا

تحصل، بالنسبة لبعض الاشخاص، الوخز بالابر والعلاج بالابر يكون

في فئة الغير المعروف ، في أحد الأيام كنت ادرس

طلاب السنة الاخيرة لمادة علم المنهج وهناك طالب في الصف الامامي

كان يعاني صداع مؤلم، ولم يقل شيئاً

عن ذلك. لكنني استطعت رؤية الألم

يأتي منه، تابعت

التدريس، لكنني ذهبت الى جانب الطالب.

كانت عينيه مغلقتان، فوضعت

يدي وبدون ان يفتح

عينيه، فوضع يده في

يدي فلمست نقطة في ظهر يده مقابل

ابهامه، وبدأت بفرك تلك النقطة (نقطة هيجو) نزلت الدموع

على وجهه، لكنني واصلت التدليك برفق على

نقطة هيجو على يده، وتابعت الحديث للصف

about teaching English as a second language. Suddenly, the man opened his eyes and smiled. "It's gone" he said. "My headache is gone. What did you do?"

I assured him that there was no magic. There are two circulation systems in the body, I told him. One is the blood. Blood carries oxygen and nutrients or food to the cells of the body. The other circulation system is electrical. Calcium, magnesium, potassium, and salts, like table salt or sodium, carry the electrical signals from the brain to parts of the body. The hegu point is the place where the lines or tensions of the electrical system for the head and the upper part of the body cross. A person who has a headache probably has congestion there. The congestion causes the hegu point to be very, Very sore. However, if the point rubbed until it is not sore any more, the headache will go away.

"I thought you were some kind of heavenly doctor," the student said after class. "I don't remember ever having such a bad headache before. But what other points of the body are as powerful in healing as the hegu point?"

عن تدريس اللغة الانجليزية كلغة ثانية ، ففجأة

الرجل فتح عينيه وابتسم "لقد اختفى"قائلا.

الصداع اختفى، ماذا فعلت؟

اكذبت له بأنه لم يكن هناك اي سحر، هناك

نظامين دوريين في الجسم، اخبرته بذلك، واحد منهما هو الدم.

الدم يحمل الاكسجين والغذاء الى الخلايا

للجسم، الدورة النظامية الثانية هي العصبية، الكالسيوم،

المغنيسيوم،البوتاسيوم، والاملاح مثل ملح الطعام او الصوديوم،

تحمل الاشارات الكريائية من الدماغ الى اجزاء

الجسم، نقطة هيجو هي المكان حيث الخطوط والتوترات

للنظام العصبي للرأس والجزء العلوي

من الجسم، الشخص الذي لديه صداع من الممكن ان يكون لديه

احتقان هناك. الاحتقان يسبب لنقطة هيجو بان تكون

مؤلّمة جدا جدا، على اي حال اذا فُركت المنطقة حتى يخف

الالم تماما، الصداع سيزول.

"ظننت انك كنت نوع من طبيبة سماوية "




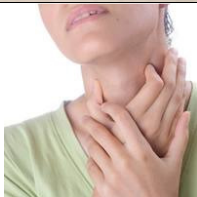


قال الطالب بعد الفصل "لأذكر ابداً انه حصل لي



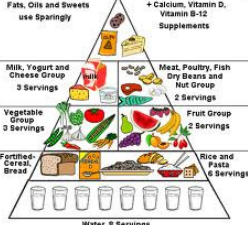
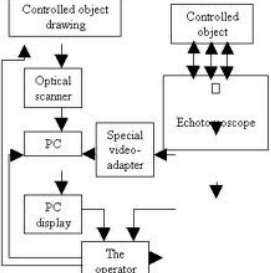
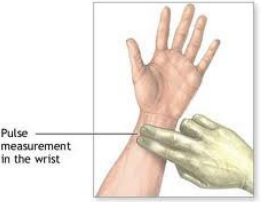
صداع سيء من قبل"، ولكن ماهي النقاط الاخرى في الجسم



فعاله في الشفاء كنقطة هيجو؟

I said that I was no Chinese doctor, but I knew a few things. I had accidentally found a spot on the outside of my arm that helped my bowels. I knew that there was a special spot on my arm, two inches from the point halfway between the bit of my elbow and the tip of the joint bone. This point on my right arm helped my left knee. On the left arm, it helped the right knee. Another spot, on my ankle, helped back and leg pain. There is no magic in acupressure, so the bending of spoons and the lifting with fingers must have explanations too. We simply don't know what they are yet.

قلت بأني لست طبيبة صينية، لكني اعرف أشياء قليلة لقد وجدت بالمصادفة نقطة في الجهة الخارجية من ذراعي وتلك تساعد امعائي، عرفت انه كان فيه نقطة خاصة على ذراعي، على بعد انشين من نقطة المنتصف بين مرفقي وطرف المفصل، هذه النقطة على يدي اليمنى تساعد ركبتي اليسرى، والتي على الذراع الايسر تساعد ركبتي اليمنى، ونقطة اخرى على كاحلي تساعد آلام الظهر والساق، فلا يوجد هناك سحر في العلاج بالابر ولذلك انحناء الملاعق والرفع بالاصابع لابد ان يكون له تفسيراته ايضا، فنحن ببساطه لانعرف ما هي بعد.

| NO | WORDS and IDIOMS  | PICTURE – الصورة<br>إذا امكن – If it's possible                                       | الكلمات و المصطلحات  |
|----|---|---|--|
| 3  | an <b>armpit</b> (noun): the part of the body under the shoulder joint  |    | الإبط (اسم): الجزء من الجسم تحت مفصل الكتف   |
| 4  | to <b>assure someone</b> (verb): to promise or swear to someone that something is true; to guarantee; to make someone feel secure in the news about something |    | يؤكد لشخص ما (فعل): يتعهد او يقسم لشخص بأن شيء ما صحيح، ان يضمن، أن يجعل شخص يشعر بإطمئنان نحو الأخبار لشيء ما |
| 5  | to <b>bend</b> (verb): to cause to turn at an angle   |    | يثني (فعل): يتسبب في عطف شيء الى زاوية   |
| 7  | <b>congestion</b> (non-count noun): a place where fluids gather; thickness  |    | إحتقان (اسم غير معدود): مكان حيث تتجمع السوائل، سماكة  |
| 9  | to <b>defy</b> (verb): to disobey; to challenge   |   | يتحدى (فعل): يعصي ، يتحدى  |
| 10 | a <b>doubt</b> (noun): a feeling of not believing; disbelief  |  | شك (اسم): الشعور بعدم التصديق، جحود  |
| 11 | to <b>doubt</b> (verb): to not believe; to disbelieve   |   | يشك (فعل): لا يصدق، يجحد   |

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
| 12 | energy (non-count noun): force; strength  |    | طاقة (اسم غير معدود): قوة، قدرة                                      |
| 17 | a <b>massage</b> (noun): a rubdown by a person skilled in rubbing the muscles to bring about relaxation |    | تدليك (اسم): التدليك بشخص متمرس بفرك العضلات لإحداث إسترخاء          |
| 18 | to <b>massage</b> (verb): to rub the muscles to bring about relaxation                                  |   | يدلك (فعل): يفرك العضلات للإسترخاء                                   |
| 20 | a <b>nutrient</b> (noun): an important element of food  |    | غذاء (اسم):العنصر المهم من الأكل                                     |
| 22 | a <b>procedure</b> (noun): a process; a schedule of events that lead to a desired end                   |   | إجراء (اسم): عملية، جدولة تلك الاحداث التي تقود الى النهاية المطلوبة |
| 23 | pulsing (adjective): beating, like a heart or a drum  |  | نبضي (صفة): نبض مثل القلب او الطبل                                   |

|    |   |   |                                  |
|----|---|---|----------------------------------|
| 24 | <b>regular</b> (adjective): normal; not unusual | <p>reguler spoon</p>  <p>ملعنة عادية</p> | عادي (صفة) : طبيعي، غير إستثنائي |
| 27 | to twist (verb): to turn in two directions      |    | يبرم (فعل): يلف في اتجاهين       |



| <p><b>Answering Questions About the Story</b></p> <p>Read these questions, think about the answers, and then discuss the answers with your classmates.</p>   | <p>اجابات الأسئلة حسب القطعة</p> <p>أقرأ هذه الاسئلة وفكر في الإجابات ومن ثم ناقش الإجابات مع زميلك بالفصل.</p>   |
|--|---|
| <p>1. What was the storyteller doing at the spoon-bending?<br/>1.He was at a workshop about not limiting ourselves by our doubts . L. 3- 4</p>   | <p>1- ماذا كان راوي القصة يفعل عند عطف الملعقة؟<br/>1- كان في الورشة لكي لا يحد من نفسه بشكوكه س3،4</p>   |
| <p>2. What happened to the fork?<br/>2. It get soft, and began to bend L. 23</p>   | <p>2- ماذا حدث للشوكة؟<br/>2- لقد اصبحت ليننة وبدأت تنعطف</p>   |
| <p>3. What word did the spoon-benders have to say? Do you think the word has energy?<br/>3.They were to say , "It's bending!" Until then we were to say , " Bend! Bend! Bend!" L.11</p>  | <p>3-ماذا توجب على عاطفين الملعقة ان يقولون؟ وهل تظن ان الكلمة لها طاقة؟<br/>3- كان يتوجب ان يقولون انها تنعطف حتى يقولوا انعطفت! انعطفت. س11</p>   |
| <p>7. What do the lifters have to do with their hands before they try to lift a person with their index fingers?<br/>7. The four lifters put their hands, one on top of the person on the chair. Then they press down gently with all eight hands. Then , on the count of three, they remove their hands, and with their index fingers only, lift the person. L. 32-36</p> | <p>7- ماذا يجب على الرافعين فعله بأيدهم قبل ان يحاولون رفع الشخص بسببباتهم؟<br/>7- الأربعة الرافعين يضعون ايدهم واحدة على الشخص الذي على الكرسي ثم يضغطون للأسفل برفق بأيدهم الثمانية ثم بالعدد الى ثلاثة يبعدون ايديهم وبسببباتهم فقط يرفعون الشخص. س32-36</p> |
| <p>8. What force keeps a person sitting on a chair or standing on the ground?<br/>8. Gravity. L.32</p>   | <p>ما هي القوة التي تحفظ الشخص على الكرسي او على الأرض؟<br/>الجاذبية الأرضية. س32</p>   |

## Finding the Meaning in Context

Which meaning is closest to the underlined word or words? Circle a, b, c, or d.

اعثر على المعنى من سياق الجملة  
ما هو اقرب معنى مما تحته خط من الكلمة او الكلمات التالية؟  
ضع دائرة على أ،ب،ج او د

1. The thief put the valuable box under his shoulder to carry it away from the museum.

- a. on his elbow  
b. in his ankle  
c. in his hand  
d. in his armpit

1- السارق وضع الصندوق القيم تحت كتفه ليحمله بعيداً من المتحف  
أ- على كوعه  
ب- في كاحله  
ج- في يده  
د- تحت إبطه

2. I want to promise you that I will help you.

- a. assure  
b. bend  
c. defy  
d. press

2- انا أريد ان اقسم لك بأنني سأساعدك  
أ- يؤكد  
ب- يعطف  
ج- يتحدى  
د- يضغط

4. Vegetables provide valuable elements of food for the human body.

- a. salts  
b. nutrients  
c. loops  
d. oxygen

4- الخضروات توفر العناصر الثمينة من الغذاء لجسم الإنسان  
أ- الأملاح  
ب- العناصر الغذائية  
ج- الحلقات  
د- الأكسجين

5. The process of baking a cake is quite simple.

- a. procedure  
b. pressure  
c. pulsing  
d. strain

5- الإجراء لخبز الكيك جداً سهل  
أ- عملية  
ب- الضغط  
ج- النبض  
د- الجهد

6. I do not believe that this story in the newspaper is true.

- a. understand  
b. assure you  
c. doubt  
d. twist

6- انا لا أصدق تلك القصة التي في الجريدة بأنها صحيحة  
أ- فهم  
ب- يؤكد لك  
ج- شك  
د- يبرم

7. When a person has a cold, there is an accumulation of fluids in his or her chest.

- a. a lot  
b. a headache  
c. a corkscrew  
d. congestion

7- عندما الشخص يصاب بالزكام فإن هناك تراكم للسوائل في صدره او صدرها  
أ- قطعة  
ب- صداع  
ج- مفك قوارير  
د- إحتقان

8. The father shouted at his son, "How can you go against my wishes?"

- a. bend  
b. assure  
c. defy  
d. strain

8- الأب يصرخ على ابنه " كيف تستطيع ان تذهب ضد أمنياتي"  
أ- يثني  
ب- يؤكد  
ج- يتحدى  
د- جهد

|   |  |
|---|--|
| <p>9. If you <u>rub</u> a sore spot on your body, it will stop hurting and you will feel much better.</p> <p>a. pulse                      c. strain<br/> <b>b. massage</b>                d. doubt</p> | <p>9- اذا <u>فرك</u> منطقة الألم في جسمك، فسوف تتوقف عن إلامك وستشعر بالتحسن</p> <p>أ- النبض<br/> <b>ب- التدليك</b><br/> ج- الجهد<br/> د- الشك</p> |
| <p>10. This book is nothing special; it is a <u>normal</u> dictionary.</p> <p><b>a. regular</b>                      c. unusual<br/> b. mysterious                d. fine</p>                           | <p>10- هذا الكتاب لا يحتوي على شيء مميز انه قاموس <u>طبيعي</u></p> <p>أ- عادي<br/> <b>ب- غامض</b><br/> ج- غير عادي<br/> د- رائع</p>                |

### Matching New Words and Meanings

Draw a line between the two words or phrases with similar meanings.

- |                         |          |                       |
|-------------------------|----------|-----------------------|
| <b>تدليك</b> 1. massage | <i>e</i> | <b>بقعة</b> a. spot   |
| <b>ركبة</b> 2. knee     | <i>h</i> | <b>إصبع</b> b. finger |
| <b>يثني</b> 3. bend     | <i>i</i> | <b>شوكة</b> c. fork   |
| <b>دائرة</b> 4. circle  | <i>g</i> | <b>حافة</b> d. point  |
| <b>قوة</b> 5. force     | <i>j</i> | <b>يفرك</b> e. rub    |
| <b>ألم</b> 6. ache      | <i>f</i> | <b>ألم</b> f. pain    |
| <b>طرف</b> 7. tip       | <i>d</i> | <b>حلقة</b> g. loop   |
| <b>مكان</b> 8. place    | <i>a</i> | <b>كوع</b> h. elbow   |
| <b>إبها</b> 9. thumb    | <i>b</i> | <b>يبيرم</b> i. twist |
| <b>ملعقة</b> 10. spoon  | <i>c</i> | <b>طاقة</b> j. energy |

التدريب على المصطلحات

Practicing with Idioms

Find the idiom in this list that means the same or almost the same as the underlined word or words and use the correct form of it to complete each sentence. Note that some words (for example, [one]) can be replaced with other words and might be in another position in the sentence.

اوجد المصطلح من هذه القائمة والتي ستكمل كل جملة واكتبها بطريقة صحيحة في الفراغ، ملاحظة بعض الكلمات ( على سبيل المثال : واحد ) تستطيع استخدامها بدل كلمات اخرى او ربما في موضع اخر من الجملة.

without any strain                      and then some  
be pulsing with                      where lines cross  
some kind of                              there is no magic in  
bend over double                      be beyond {one's} understanding

بدون اي جهد  
يعاني من  
نوع من  
يعطف اكثر من الضعف  
وأكثر من ذلك  
حيث يلتقي خطين  
لا يوجد سحر في  
ابعد من فهم

1. Nothing is mysterious about the electrical system of the body.  
there is no magic in the electrical system of the body.

1- لا شيء غامض بخصوص النظام العصبي في الجسم.  
لا يوجد سحر في النظام العصبي في الجسم

2. It is not something I can understand that some people can choose to be unkind to others.  
It is beyond about my that some people can choose to be unkind to others. understanding

2- انه الشيء الذي لا أفهمه ان بعض الناس يختارون عدم الطيبة بينهم  
انها ابعد من ان افهم ان بعض الناس يختارون عدم الطيبة بينهم

3. When the car was pulled out of the accident, it was folded in half.  
When the car was pulled out of the accident, it was  
bent over double

3- عندما سُحبت السيارة من الحادث، كانت منطوية الى النصف.  
عندما سُحبت السيارة من الحادث، كانت معطوفة أكثر من الضعف

4. On main roads, there are traffic signs where one road meets another.  
On main roads, there are traffic signs where lines cross

4- على الطريق الرئيسي هناك إشارة مرور حيث يتقبل طريق بأخر  
على الطريق الرئيسي هناك إشارة مرور حيث تتقابل الخطوط

5. Everyone in the football stadium was shouting. The place was filled with excitement.  
Everyone in the football stadium was shouting. The place  
was pulsing with excitement.

5- كل واحد في الملعب كان يصيح، المكان كان ممتلئ الهيجان.  
كل واحد في الملعب كان يصيح، المكان كان يعاني من الهيجان.

|  |  |
|--|--|
| <p>6. There was a lot of sickness in the town as a <u>variety of</u> flu.</p> <p>There was a lot of sickness in the town as <u>some kind of</u> flu.</p>   | <p>6- كان هناك عدة امراض في المدينة كأنواع من الانفلونزا<br/>كان هناك عدة امراض في المدينة <u>كنوع من</u> الانفلونزا</p>   |
| <p>7. Tom has a lot of free time this week, so he can help at the school and it won't be too much work for him.</p> <p>Tom has a lot of free time this week, so he can help at the school <u>without any strain</u>.</p> | <p>7- توم لديه وقت فراغ كبير لذا هو يستطيع مساعدة المدرسة ولن يكون ذلك العمل كثيراً عليه<br/>توم لديه وقت فراغ كبير لذا هو يستطيع مساعدة المدرسة <u>بدون جهد</u></p> |
| <p>8. I spent twenty dollars <u>and more</u> for the ticket.</p> <p>I spent twenty dollars <u>and then some</u> for the ticket.</p>  | <p>8- أنفقت عشرون دولار <u>وأكثر</u> للتذكرة<br/>أنفقت عشرون دولار <u>وأكثر من ذلك</u> للتذكرة</p>   |

| <p><b>Reading for Details</b></p> <p>Find the answers to these questions in the story.</p>   | <p><b>قراءة للحصول على التفاصيل</b></p> <p>اوجد الإجابات لهذه الأسئلة من القصة</p>   |
|--|--|
| <p>1. When does a person say, "Bend! Bend! Bend!"?</p> <p><b>1- when the spoon starts to bend L. 9-10</b></p>  | <p>1- متى يقول الشخص "انثنت! انثنت! انثنت!"؟</p> <p>1- عندما الملعقة تبدأ في الإنثناء</p>  |
| <p>2. How many fingers does it take to lift a person?</p> <p><b>2- 8 fingers L. 36-38</b></p>  | <p>2- كم عدد الأصابع المطلوبة لرفع شخص؟</p> <p>2- 8 أصابع</p>  |
| <p>3. Where is the hegu point?</p> <p><b>3- The hegu point is the crossing spot for the lines or tensions of the electrical system of the head and upper body L. 66p 105 &amp; p 115 sentence Number 3</b></p>   | <p>3- اين نقطة هيقو؟</p> <p>3- نقطة هيقو نقطة التقاطع للتوتر للنظام العصبي للرأس والجزء العلوي من الجسم.</p>   |
| <p>4. Which culture produced the arts of acupuncture and acupressure?</p> <p><b>4- Chinese L. 77</b></p>   | <p>4- اي عادات وتقاليد تنتج فن الوخز بالإبر؟</p> <p>4- الصين</p>   |
| <p>5. What are the two circulation systems of the human body?</p> <p><b>5- the blood circulation and the electrical circulation L.60 – 63</b></p>  | <p>5- ما هي الدائرتين في جسم الإنسان؟</p> <p>5- دائرة الدم ودائرة الاعصاب</p>  |
| <p>6. What does the blood system do?</p> <p><b>6- Blood carries oxygen and nutrients or food to the cells of the body L. 62</b></p>  | <p>6- ماذا يفعل نظام الدم؟</p> <p>6- الدم ينقل الأكسجين و العناصر الغذائية او الطعام الى خلايا الجسم.</p>  |
| <p>7. How do we know that there are other points like the hegu point?</p> <p><b>7- on the outside of the arm that help the bowels , Another special spot on the arm , two inches from the point halfway between the pit of the arm elbow and tip of the joint bone. Another spot , on the ankle , helps back and leg pain . L . 77- 84</b></p> | <p>7- كيف لنا أن نعرف ان هناك نقاط أخرى مثل نقطة هيقو؟</p> <p>7- في المنطقة الخارجية من الذراع التي تساعد الأحشاء، وهناك نقطة خاصة على الذراع على بعد إنشين من النقطة في المنتصف بين الإبط والكوع، والأخرى على الكاحل تساعد في آلام الظهر والرجل .</p> |
| <p>8. Why is the hegu point sore when a person has a headache?</p> <p><b>8- Because of congestion in the hegu point L.69-70</b></p>  | <p>8- لماذا تؤلم نقطة هيقو عندما يصاب الشخص بصداع؟</p> <p>8- بسبب إحتقان نقطة هيقو</p>   |

|   |  |
|---|--|
| <p>9. What can a person do about a headache without taking aspirin or some other pill?</p> <p><b>9- By rubbing or massaging in the hegu point until it is not sore anymore.</b></p> | <p>9- ماذا يستطيع الشخص فعله اذا أُصيب بصداع دون ان يأخذ اسبرين او حبوب أخرى؟</p> <p>9- بالفرك او التدليك في نقطة هيقو حتى يذهب الألم.</p> |
| <p>10. Where are a person's armpits?</p> <p><b>10- Under the shoulder\Under the arm L.38</b></p>  | <p>10- اين إبط الإنسان؟</p> <p>10- تحت الكتف / تحت الذراع</p>  |