

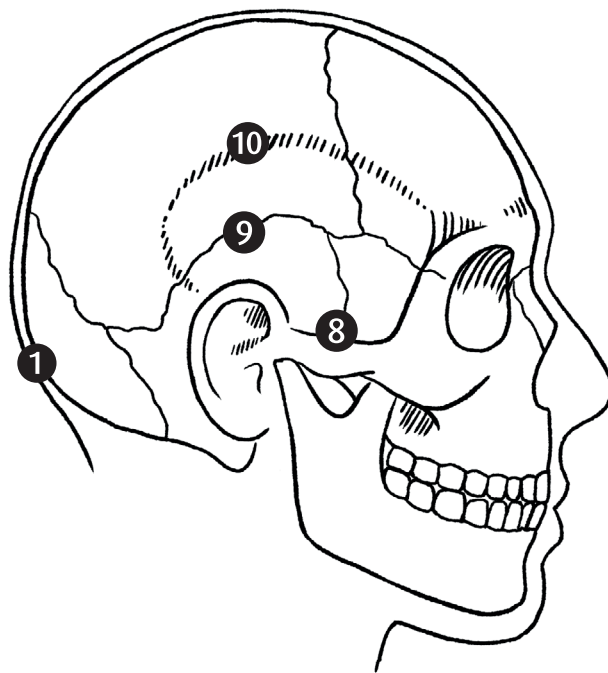
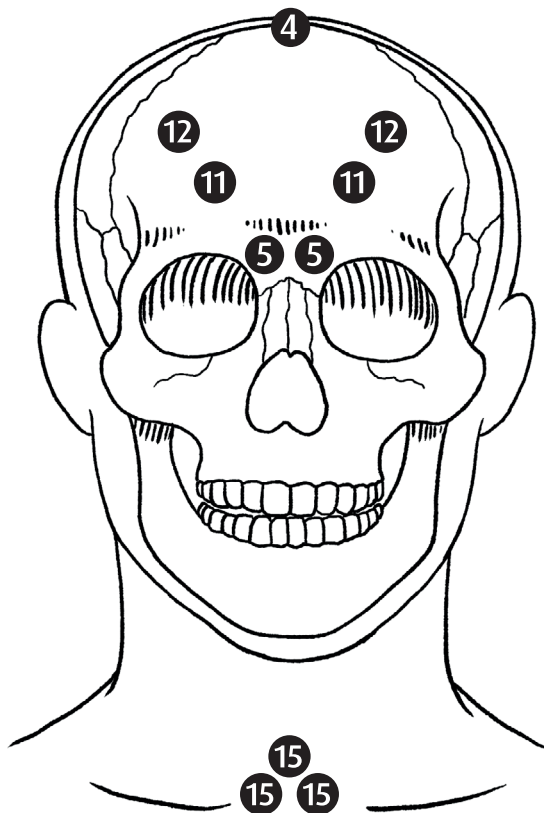
AFBALANCERENDE PUNKTER PÅ HOVEDET

Mærk først efter, hvordan du har det. Er der en udfordring i dit liv, du gerne vil fokusere på? Derefter start med en målsætning: Hvilken positiv forandring ønsker du? Formulerer dit mål klart og positivt.

Berør de neurovaskulære punkter (NV) let med fingerspidserne, i rækkefølgen 1-14. Lav samtidigt et lille stræk på huden. Punkterne berøres fra 20 sekunder og op til flere minutter.

Punkterne stimulerer blodtilførslen til bestemte områder på hjernebarken, derfor virker de beroligende og afstressende. Vi stimulerer punkterne i en bestemt rækkefølge ud fra energiens døgnrytme (meridianhjulet). Det styrker dit energiflow.

Læg igen mærke til, hvordan du har det. Hvordan føles det at tænke på dit mål? Nogle oplever markant forandring lige efter afbalanceringen. Andre har et energisystem, der har brug for tid til forandringen, og den fulde udbytte af afbalanceringen opleves først efter nogle timer.



MERIDIANFORBINDELSE	NV-PUNKT
1. Centralmeridian	Punkt 11 og 4
2. Guvernørmeridian	Punkt 8
3. Mavemeridian	Punkt 11
4. Miltmeridian	Punkt 9
5. Hjertemeridian	Punkt 4
6. Tyndtarmsmeridian	Punkt 10
7. Blæremeridian	Punkt 5 og 11
8. Nyremeridian	Punkt 1
9. Cirk.-sex meridian	Punkt 10
10. Trevarmer	Punkt 8 og 15
11. Galdeblæremeridian	Punkt 4
12. Levermeridian	Punkt 12
13. Lungemeridian	Punkt 4
14. Tyktarmsmeridian	Punkt 10

