

10 points qui permettent de renforcer le système immunitaire

Par Corinne Defranoux

<http://www.a-corps-joie-tantra.com/>
<https://savitur-tantra.fr/>

27 Rein

La pointe des clavicules et la 1ère côte, au centre - 2 points, de part et d'autre du sternum Espace de 4 doigts entre les 2 points

Congestion pulmonaire

Calme la toux - Soulage les douleurs

Toux . Point de côté . Oppression respiratoire . Troubles aigus et chroniques respiratoires

23 Vessie

Sur la ligne de taille entre L2 et L3 - 2 points, de chaque côté de la colonne

Tonifie les reins - Évacue l'eau

Asthme. Maux de tête .Diabète . Eunurésie . Acouphènes . Vertiges .

Lombalgies . Chute de cheveux . Pb Gynécologiques et sexuels (impuissance , éjaculation précoce , infertilité ...)

6 Vaisseau conception

3 doigts sous le nombril - Placer le bout des doigts sur le point -Appuyer fortement, jusqu'à sentir la sensibilité et relâcher d'un coup sec - Répétez au moins une dizaine de fois

Point majeur -Tonifie , amplifie et élève le Qi - Traite tous les pbs respiratoires, digestifs , reproductifs

Asthme. Mal de ventre . Angoisse . Tristesse . Épuisement . Etc etc

36 Estomac

4 doigts sous l'extérieur de la rotule , contre le tibia (1 doigt)

' Le point de l'éternelle jeunesse '

Tonifie tout l'organisme - Action immunostimulante - Renforce la rate, l'estomac , le gros intestin

Asthme . Diarrhée. Constipation . Mal de ventre. Insomnie

3 rein

A mi-distance de la malléole interne et du tendon d'Achille (dans la zone molle entre les 2)

Tonifie le Qi et les reins

Mal de tête . Fatigue . Épuisement

3 foie = le point 'chocolat'

Entre la phalange pouce du pied et 2ème orteil, dans le creux

11 gros intestin :

Coude replié , dans le creux à l'extrémité du pli , point contre l'os

5 TR

Sur la face externe du bras , à 2 largeurs de pouce au dessus du poignet

4 GI

La tabatière - Bord externe main contre 2eme métacarpien , angle 1er

17 VC

Entre les mamelons - Au centre du sternum -Au niveau de la 4ème côte

Anti angoisse, stimule le thymus

Le thymus = la glande de l'immunité

C'est le gardien du moi , de l'intégrité physique . Très gros chez l'enfant elle décroît à la puberté

On peut chanter le Mantra OM MANI PADME OM ('Hommage au joyau du lotus ') en massant les points