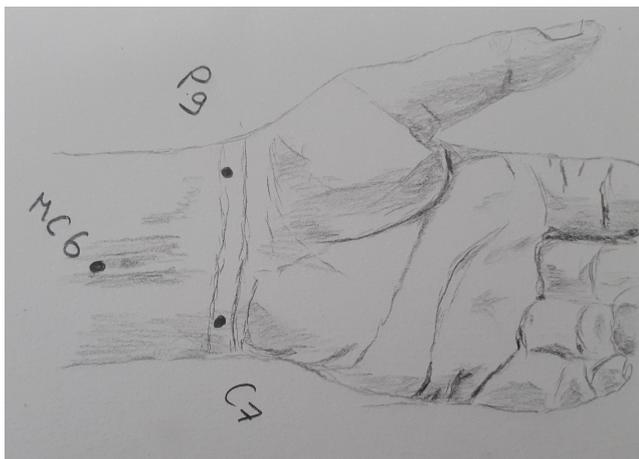


Contre les stress et l'angoisse :
stimulez ces 3 points !

P9, le Grand Abîme, c'est le neuvième point sur le méridien du Poumon.

Entre autres fonctions, il calme aussi la toux et fluidifie les sécrétions (nez bouché, sinusite...).

On le trouve sur la face interne du poignet, du côté du pouce, dans le pli du poignet.



C7, la Porte du Cœur, c'est le 7ième point sur le méridien du Cœur.

Il apaise, comme tous les points du méridien du Cœur bien sûr, mais encore plus, car C7, c'est le point Source du Cœur. Un point très utile pour l'insomnie et la dépression.

Il se trouve en face de P9, face interne du poignet, côté auriculaire, dans le pli du poignet.

MC6, la Porte Interne, c'est le 6ième point sur le méridien du Maître Cœur (ou Péricarde/ ou Protecteur du Cœur).

En bon chevalier protecteur du Cœur, il apaise et facilite le sommeil mais étonnamment il aussi efficace contre les nausées et le hoquet.

À une distance de la largeur de 3 doigts (index, majeur et annulaire) de la base du poignet, vous le trouverez au milieu, entre les tendons.

À eux 3, ils forment le Triangle du Bouddha, une équipe de choc contre le Stress et l'angoisse !