



ZAUBERPUNKT

**Du fühlst dich nicht wohl?
Es streßt dich, lernen zu müssen?
Du hast Heißhunger auf Süßes?**

Die Energie deines Körpers ist zu niedrig. Da hilft dir der Zauberpunkt:

Du legst zwei Finger der linken Hand auf die Innenseite des rechten Handgelenks. Diesen Punkt massierst du 2mal täglich 4 bis 12 Minuten und immer dann, wenn es dir nicht gut geht. Du wirst merken, wie das funktioniert. Wenn du an dieser Stelle die Energie aktivierst, verzichtet dein Körper auch freiwillig auf Süßigkeiten. Süßigkeiten sind Energiefresser!

Dauer der Übung: 4 bis 12 Minuten

