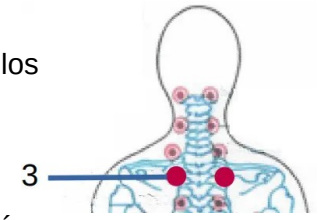
CES 3 – LA PUERTA

"La vida es cambio eterno.
Yo aprendo a vivir mi creatividad."



UBICACIÓN: En la parte posterior, en las esquinas superiores e internas de los omóplatos, a derecha e izquierda de la columna vertebral.

SIGNIFICADO: Entendimiento. Defensa contra problemas y molestias.

El número 3 representa la unidad detrás de los opuestos. Es el enlace de conexión, la síntesis. Nos ayuda a descartar las opiniones arraigadas.

En el omóplato —donde el comienza la rotación del brazo— la CES 3 aporta movimiento y permeabilidad a todas las áreas, como una puerta oscilante, que se balancea hacia delante para descargar la tensión y hacia atrás para recibir la energía purificada.

Las restricciones de movimiento —principalmente en las áreas del brazo y el hombro— se pueden armonizar con la CES 3.

Fortalece la inhalación y la exhalación, permitiéndonos soltar lo viejo y conectar con lo nuevo. Eso apoya la respiración, y también estimula el sistema inmunológico.

¿CUÁNDO EQUILIBRAR LA CES 3?

FÍSICO: Relaja los hombros y la parte superior de la espalda; codo de tenista; síndrome del túnel carpiano; ganglio de la muñeca; dedo en gatillo; entumecimiento y hormigueo en los dedos; es como el antibiótico natural del cuerpo, potenciando sus mecanismos de defensa; dolencias de pulmón; asma bronquial; resfriados; bronquitis; fiebre; enfermedades autoinmunes; activa el flujo linfático.

MENTAL-EMOCIONAL: Estrés emocional; dolor en todas las actitudes; aporta nuevas perspectivas y conciencia.

"A través de la comprensión llegamos a la conciencia.
Estoy libre de toda actitud inapropiada.
Dar y recibir en armonía."

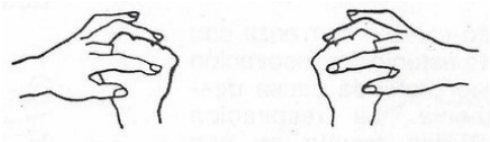


EQUILIBRIO: (3)+15

* Pon en contacto la CES 3 derecha con la mano izquierda y la CES 15 derecha con la mano derecha (en la ingle, ver imagen), y viceversa.

* Sostén tu dedo medio.

* Para bajar la fiebre, sostén la CES 3 con una mano y forma un anillo con el pulgar y cada uno de los dedos de la otra mano.



REFERENCIAS:

[1] Waltraud Riegger-Krause, "Jin Shin Jyutsu: El arte de la autosanación por la imposición de manos", Ed. El Serbal, 2a Ed., 2016.

[2] Alice Burmeister, Tom Monte,"El toque sanador. Cómo energizar cuerpo, mente y espíritu", Ed. Edaf, 2011.

[3] Waltraud Riegger-Krause, "Health is in your hands: practicing the art of self-healing", Ed. Upper West Side Philosophers Inc, 2014.