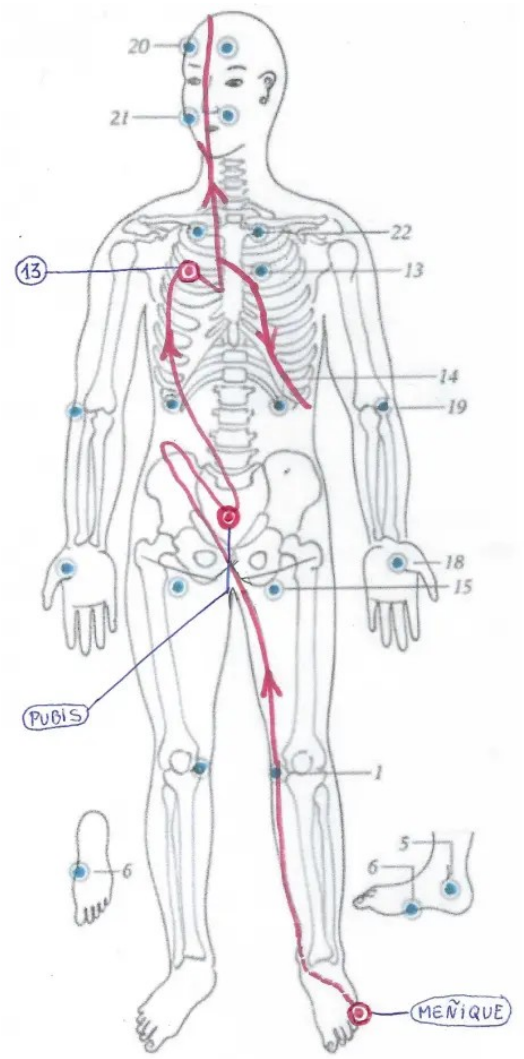
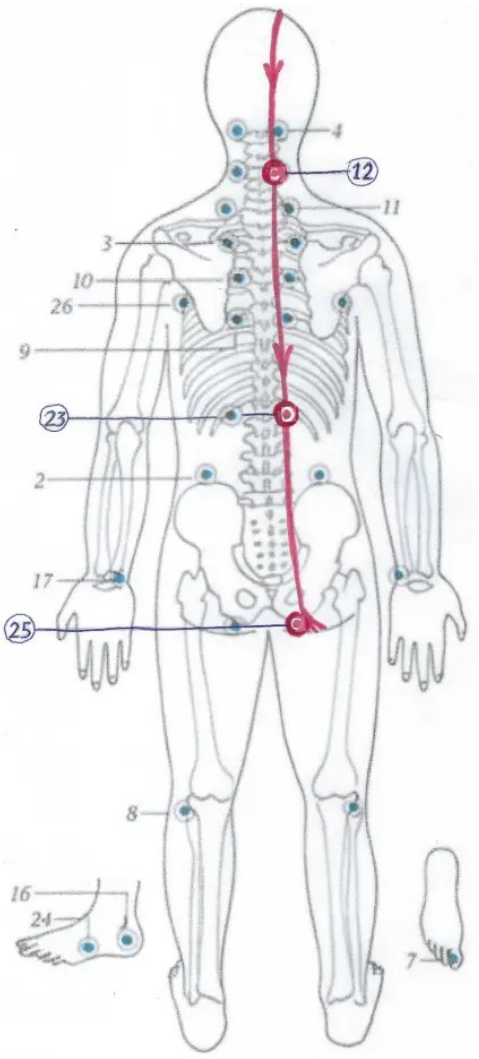
SECUENCIA DE EQUILIBRIO DEL FLUJO DEL RIÑÓN AMPLIADA

Esta secuencia de pasos la he deducido tomando como ejemplo las secuencias básicas propuestas por Alice Burmeister. Si no te funcionan, puedes probar a poner en contacto otras CES que también estén en la dirección del flujo de energía del riñón. La figura siguiente sólo muestra el flujo de una mitad del cuerpo. Existe otro flujo simétrico que transcurre por el otro lado del cuerpo, cuya forma de equilibrarlo también se explica.

LADO DERECHO





LADO DERECHO DEL CUERPO

1. Coloca los dedos de la mano derecha sobre el pubis, y con la mano izquierda coge el meñique del pie izquierdo.

2. Coloca los dedos de la mano derecha sobre la CES 15 derecha, en la ingle, y lleva la mano izquierda sobre la CES 13 derecha, en el inicio del pecho bajo la tercera costilla.

3. Mueve los dedos de la mano izquierda a la CES 12 derecha, junto al cuello, entre la oreja y la columna.

4. Lleva los dedos de la mano derecha a la CES 23 derecha, sobre el riñón.

5. Coloca la mano derecha sobre la CES 25 derecha, en el isquión. Si la palma te resulta incómoda, puedes usar el dorso de la mano en su lugar.

LADO IZQUIERDO DEL CUERPO

1. Coloca los dedos de la mano izquierda sobre el pubis, y con la mano derecha coge el meñique del pie derecho.

2. Coloca los dedos de la mano izquierda sobre la CES 15 izquierda, en la ingle, y lleva la mano derecha sobre la CES 13 izquierda, en el inicio del pecho bajo la tercera costilla.

3. Mueve los dedos de la mano derecha a la CES 12 izquierda, junto al cuello, entre la oreja y la columna.

4. Lleva los dedos de la mano izquierda a la CES 23 izquierda, sobre el riñón.

5. Coloca la mano izquierda sobre la CES 25 izquierda, en el isquión. Si la palma te resulta incómoda, puedes usar el dorso de la mano en su lugar.

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.