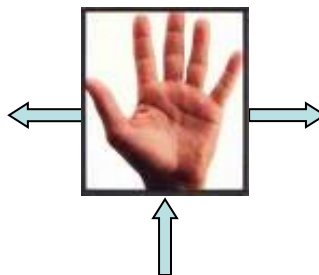
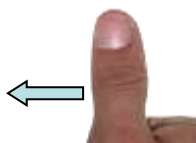




Vademécum de micro masajes

PULGAR CON PULGAR

"Camino de alegría"



Externo-Interno

*Pulgar con Pulgar **externos** 1º falanges*

Alegría, rescate para un depresivo o un estresado, una ayuda más para quien esta en peligro de suicidarse, adicciones, despierta la esperanza.

Sana el estado emocional equilibrando los pensamientos, aumenta la comprensión del lenguaje no verbal, borra anclajes o traumas heredados en el ADN, traumas por muerte, miedo a la muerte.

Duración: Una vez por día 3´

*Pulgar con Pulgar **internos** 1º falanges*

"Positivismo"



Ojos y oídos, recuperar la vista y el oído, todo el sistema nervioso de la parte derecha, una ayuda mas en la parálisis facial, en el parkinson, tic (lado derecho), ayuda a ver de una manera positiva, aunque le desagrade, algo bueno le va a encontrar.

Duración: 3´ de tres a cuatro veces en el día.

*Pulgar con Pulgar **externos** en las 2º falanges*

"Escuchar y ver es tu deber"



Partes internas de los oídos y de los ojos, una ayuda más en la sordera, en la infección del tímpano, estrabismo, movimientos en los ojos.

Duración: 5´ dos veces en el día.

*Pulgar con Pulgar **internos** en las 2º falanges*
"Mantener el cuerpo limpio"



Abre el apetito, ayuda a asimilar bien los nutrientes, induce a la alimentación sana, hace que se rechacen las grasas innecesarias, el alcohol, el tabaco y todo lo que arremete al cuerpo, ayuda en las convalecencias.
Duración: 5´ hasta tres veces por día (es con masaje)

*Pulgar izquierdo **interno** 2º falange con pulgar derecho **interno** 2º falange*
"Mantener el cuerpo limpio"



Igual que el anterior, pero no abre el apetito.(sin frotar)
Duración: 5´ hasta tres veces en el día.

*Pulgar izquierdo **interno** con Pulgar derecho interno 1º falange*
"La voz reforzada"

Garganta, traquea, cuerdas vocales, yugular, aumenta la capacidad para mantener la respiración, oradores, cantantes. Duración: 5´ hasta tres veces en el día.

*Pulgar derecho **interno** con Pulgar izquierdo interno 1º falange*
"El equilibrio"

Ayuda a equilibrar el metabolismo, la tiroides, los malestares por mal funcionamiento de tiroides, hipo o hiper, el agotamiento por mal funcionamiento de tiroides y las amígdalas.
Duración: 1´ hasta cinco veces en el día.

Almohadilla con almohadilla de los Pulgares
"El oxígeno vital"

Ayuda a aumentar las defensas de los pulmones, pulmonía, fiebre por cualquier problema de pulmones, protege los pulmones de cualquier bacteria o virus, claustrofobia, asfixia, ayuda a un ahogado a sacar el agua de los pulmones, cualquier trauma por asfixia o ahogos, mejora la oxigenación, asma, ayuda a desahogarse por medio del llanto, se puede trabajar con un trauma desde la panza, (intrauterino), de puede ayudar a otro con las manos de la persona.

En caso de accidente de ahogo se puede intentar hasta cuatro minutos del accidente para ver si se puede recuperar, hacerlo hasta que la persona respire.

Saca del shock emocional. Con solo la presión se podría controlar la angustia, la ira o el llanto.

Duración: 2´ hasta seis veces en el día.