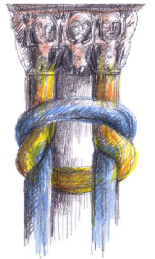


Gedankenruhe

Den ersten Punkt auf dem Dickdarmmeridian findet man von der Fingerspitze des Zeigefingers ca. 2mm vor der Nagelwurzel.

Dieser Punkt wird mit dem Daumnagel gedrückt, bis man eine angenehme Gedankenruhe empfindet. Hat das Gedankenkarussell angehalten, können die Gedanken leichter und nacheinander verarbeitet werden.



TAO CONTINUUM
Joachim Meyer



Gedankenraum schaffen

Den vierten Punkt auf dem Dickdarmmeridian (siehe Kreuz in Bild 1) findet man, indem die Gelenkfalte vom ersten Gelenk des rechten Daumens an die Hautlasche der linken Hand angelegt wird (Bild 2) und dann den rechten Daumen bis auf die Daumenspitze über die linke Hand rollt (Bild 3). Dort wo sich die Daumenspitze befindet, ist der Dickdarm 4 Punkt.

Der Zeigefinger der rechten Hand wird als Gegenlager unter den Dickdarm 4 Punkt positioniert und der rechte Daumen übt mittleren Druck von oben aus (Bild 4).

Unbrauchbare Gedankenstrukturen (z.B. aus erledigten Erfahrungsprozessen) können in „freien Arbeitsspeicher“ umgewandelt werden.



TAO CONTINUUM

Joachim Meyer, Arnstädter Straße 19, 99096 Erfurt

0361 / 744 37 601

0170 / 412 23 01

www.taichi-meyer.de

info@taichi-meyer.de