**Point d’acupression efficace pour le traitement du tabagisme et** **plus encore**

Un seul point d'acupression aux multiples fonctions et bienfaits que vous devez absolument connaître. ça vous intéresse?

Il peut vous permettre de combattre les m...afficher la suite

un seul point d'acupression aux multiples fonctions et bienfaits que vous devez absolument connaître. ça vous intéresse?

Il peut vous permettre de combattre les migraines, les maux de tête courants, la gueule de bois.

En médecine chinoise ce point est hautement recommandé pour les dépendances et l’intoxication à long terme provoquées par le tabac ou l'alcool. il calme la tension nerveuse, les angoisses, l’insomnie, et la boulimie. efficace pour apaiser les étourdissements ainsi que le vomissement, et plus encore.

Voici comment.....et ça marche!

Ce point d’acupression très efficace, est le ``8 VB`` (vésicule biliaire) et il est utilisé contre les accoutumances au tabac, l’alcool, les drogues et les médicaments et ce, depuis très longtemps en Chine. Il a servi efficacement à combattre le fléau de l’opiomanie qui a sévi au cours du 19e siècle dans ce pays. La désintoxication est possible à condition, évidemment, que vous soyez suffisamment motivé et l’acupression ou l’acupuncture peut y contribuer de façon décisive. Le sevrage peut être progressif ou brutal selon le degré de dépendance. Mais la ``VOLONTÉ`` demeure primordiale!

LOCALISATION DU POINT ``8 VB`` (désigné comme ``G.B.-8`` sur photos) : Directement dans une petite dépression à deux doigts au-dessus du sommet de l’oreille. Point sensible à la pression.

MASSEZ VOUS-MÊME CE POINT:

Avec l’index ou le majeur faites des pressions circulaires fermes (mais tolérables) pendant 3 à 5 minutes des deux côtés en cas de sensation de besoin d’alcool ou de tabac. Pour les autres applications énumérées ci-haut, massez de 1 à 5 minutes. Répétez au besoin.

Si vous n’êtes pas trop certain de pouvoir localiser le bon point ne vous en faites pas, allez-y au plus facile. Massez simplement par des pressions circulaires fermes avec les 4 doigts de la main de chaque côté de la tête sur toute la région indiquée dans les photos. Impossible alors de le rater! Et vous masserez au passage d’autres points d’acupression bénéfiques pour vous.

Amplifiez et maximisez les effets positifs recherchés en respirant lentement et profondément par le nez et à partir du ventre. si vous le pouvez, fermez aussi les yeux. le secret réside dans la détente et l’apaisement du systême nerveux central. et la bonne respiration vous guidera en douceur vers l’apaisement et le retour à l’équilibre.

Bon soulagement! Et puis respirez la joie de vivre sans douleurs ni souffrances inutiles! :)

Note: comme d’habitude, ces informations ne doivent pas être utilisées comme un substitut à un quelconque avis ou traitement médical.

AVIS AUX LECTEURS ET LECTRICES : Vous avez aimé

 Sentez-vous totalement libre de partager les publications

 Une fois que vous aurez fait par vous-même l’expérience bénéfique du pouvoir de ces pratiques simples et naturelles issues de la Médecine Traditionnelle Chinoise, partagez-les. Inspirez les autres à faire de petits gestes quotidiens, des gestes qui rétablissent et soutiennent leur énergie vitale et qui apportent la joie de vivre au quotidien sans tensions inutiles, ni douleurs. Et c’est gratuit ! ;)

[](https://www.facebook.com/photo.php?fbid=316761815101918&set=a.101137909997644.2641.100003043056449&type=1&relevant_count=1)