

Tipp der Woche

11. März 2014

Ein Tipp zur Aktivierung neuer Energie:

Reiben Sie beide Ohrläppchen jeweils zwischen Daumen und Zeigefinger – das entspannt, verscheucht Kopfschmerzen und lädt Ihre Energietanks wieder auf.

Eine kurze Massage entlang der Außenkanten der Ohrmuscheln verstärkt diesen Effekt, denn am Ohr sitzen besonders viele Akupunkturpunkte.

Wiederholen Sie die Übung mehrmals am Tag.

Ich wünsche Ihnen viel neue Energie!

