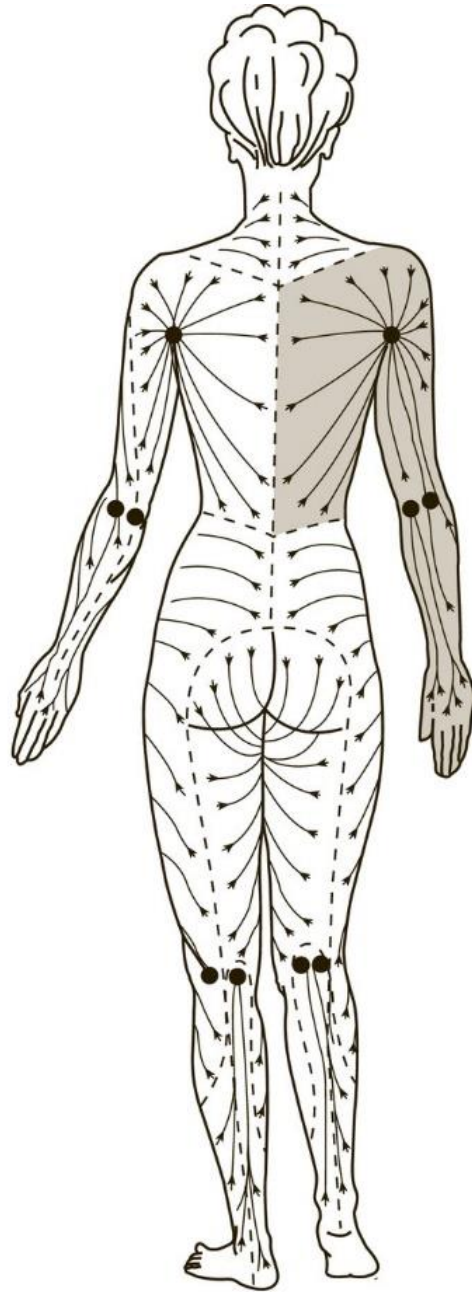
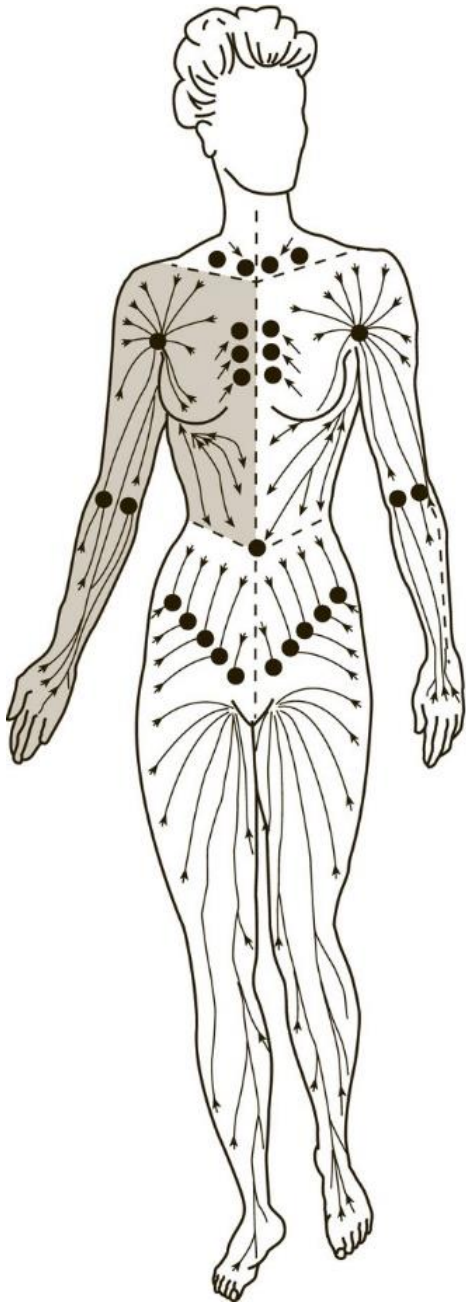


## **Protokol 1** – splošna stimulacija limfnega sistema v celotnem telesu

Vsako točko masiraj 20-30sek

## **Protokol 2** – ponavljajoča težava določenega tkiva

1. pripravi merilni inštrument
2. Zmasiraj glavni dve točki celotnega telesa
3. Stestiraj vsako NL točko
4. NL točka ↓ (pomeni neravnovesje)
5. Zmasiraj točko
6. Ponovi test
7. Mišica Indikator mora biti ↑ (ravnovesje)



## **Protokol** – najdi čustvo za limfno točko

1. pripravi merilni inštrument
2. Zmasiraj glavni dve točki celotnega telesa
3. Stestiraj vsako NL točko
4. NL točka ↓ (pomeni neravnovesje)
5. Poglej h kateri strukturi spada NL točka in stestiraj vsa čustva
6. Čustvo ↓ (pomeni neravnovesje)
7. Zmasiraj točko - zadrži se toliko časa, da točka ob testiranju drži ↑
8. Drži točke za sproščanje stresa\* (protokol je spodaj)
9. Ponovi vse teste
10. Mišica Indikator mora biti ↑ (ravnovesje)

## **Protokol sproščanja stresa**

1. Rahlo drži čelne točke. Čelne točke se nahajajo 2/3 med očmi in lasiščem. Pod prsti lahko začutiš pulsiranje, običajno nesinhronizirano.
2. Čelne točke spustiš, ko začutiš sinhrono pulsiranje ali klient zazeha ali opaziš, da so se premiki oči umirili ali klient enostavno reče: »Dovolj je.«
3. Faza običajno traja 1-5 minut (lahko tudi dalj časa), da klient preide vse aspekte doživljanja stresne situacije.
4. Umakni prste s čela.
5. Klient naj ponovno misli na čustvo
6. Ponovno testiraš MI.
7. MI ne drži – točke je treba še držati. Vrnite se na točko 1. in 2. Klient naj hkrati razmišlja, kako razrešiti stresno situacijo, in razrešitev vizualizira.
8. Ponovno testiraš MI. Tokrat bi morala biti mišica v ravnovesju ↑ (ravnovesje)