

## Klopfstimulation der Reflexzonen in der Hand

**Zähle:**                    1, 2, 3, 4  
                                  2, 2, 3, 4  
                                  3, 2, 3, 4  
                                  4, 2, 3, 4                    (*in allen möglichen Sprachen*)

1. **Fingerspitzen** aufeinander oder auf den Tisch oder auf den Kopf schlagen  
*Stimuliert wird die Kopfzone*
2. **„Beten mit Anlauf“**  
*stimuliert werden Augen und Ohren*
3. **Daumen und Zeigefinger** ineinander klopfen  
*Stimuliert Hals und Bronchien*
4. **Faust in Handfläche** ( beide Seiten nacheinander)  
*Stimuliert werden Magen und Innere Organe*
5. **Daumen Innenkante** aneinander schlagen  
*Stimuliert die Wirbelsäule*
6. **Kleinfingerkante** aneinander schlagen  
*Stimuliert Schulter, Ellenbogen und Knie*
7. **Handballen** aufeinander schlagen  
*Stimuliert Rücken und Hüfte*
8. **Handrücken, Fingeransatz** aufeinander schlagen  
*Stimuliert Gesicht und Schönheit*
9. **ganze Handfläche** leicht hohl aufeinander klatschen  
*stimuliert das Qi, lädt Energie auf*