



**S.B.E.E – SOCIEDADE BRASILEIRA DE ESTUDOS ESPIRITAS**

RUA 29 DE JUNHO, 504 - VILA TINGUI - CURITIBA - PR –  
FONE 3256-4383  
WWW.SBEE.ORG.BR

Revisão n.º

00

Pág. deste D.O

1/2

Data da última revisão:

14/01/2024

## DOCUMENTO ORIENTATIVO–D.O nº 25–TOQUE QUÂNTICO MEDIÚNICO

### O QUE É:

Exercício individual de sensibilização das centrais nervosas do organismo para restauração do equilíbrio.

### OBJETIVO:

Promover do equilíbrio do organismo.

### COMO FAZER:

#### Procedimento:

- Sempre de 10 a 15 batidinhas em cada local.
- Deve ser feito 3 vezes ao dia, sempre sentado e em silêncio.
- O pensamento deverá ser sempre positivo. Ex. “Eu tenho saúde, alegria, felicidade e contentamento em viver”.
- O Procedimento deve iniciar-se sempre pelas mãos, e finalizar-se na cabeça. O restante dos locais podem ser feitos intuitivamente pela pessoa.

#### Locais:

**01-** Mãos; Olhando a palma da mão localize a linha abaixo do dedo mindinho. O local é na **lateral** da mão, na direção dessa linha. Fazer na mão direita e esquerda.





**S.B.E.E – SOCIEDADE BRASILEIRA DE ESTUDOS ESPIRITAS**

RUA 29 DE JUNHO, 504 - VILA TINGUI - CURITIBA - PR –  
FONE 3256-4383  
WWW.SBEE.ORG.BR

Revisão n°.

00

Pág. deste D.O

2/2

Data da última revisão:

14/01/2024

## DOCUMENTO ORIENTATIVO–D.O nº 25–TOQUE QUÂNTICO MEDIÚNICO

### COMO FAZER: (Continuação)

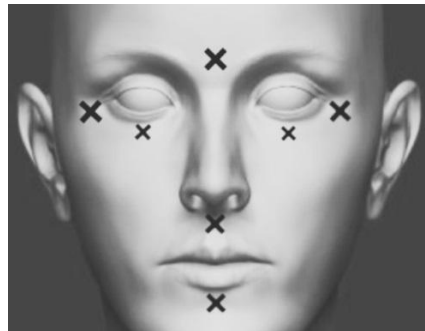
#### Locais

**02-** Entre as sobrancelhas

**03-** Nas laterais dos olhos e um pouco abaixo dos olhos (pálpebras).

**04-** Abaixo do nariz

**05-** Abaixo do lábio inferior



**06-** Nas axilas (bem abaixo)

**07-** No centro da cabeça. Unem-se os dedos de uma mão como se fosse um “chuveirinho” e faz-se o procedimento.

**\* Para maiores esclarecimentos falar com o Pako.**