

2) לדחוף ולמשוך

בשיטה הזו אין קשר לסימני עודף/חוסר

- דוקרים שתי נקודות
- אצל גברים מתחילים בימין ואצל נשים מתחילים בשמאל
- דוקרים את המרידיאן שעליו קיימת הבעיה
- לא משנה באיזה צד הבעיה, תמיד נדקור אותו דבר לפי גברים/נשים

נשים	גברים	סדר בדיקור
נקודת הבאר בצד שמאל בחיזוק	נקודת הבאר בצד ימין בחיזוק	1
נקודת הבאר בצד ימין בפיזור	נקודת הבאר בצד שמאל בפיזור	2