



Sabotage-Fallen

Qualitäten:

Tiefe Akzeptanz und Annahme der eigenen Person, Selbstwirksamkeitserwartung
Diese Punkte lösen starke, in Ihrem Unbewussten tief verwurzelte Gefühle von Scham oder Schuld auf. Der auf „ich möchte, dass es mir schlecht geht“ eingestellte Kompass, der Ihr bewusstes Handeln und Erleben kontraproduktiv steuert, wird neu justiert. Die Energie reaktiviert Ihre Fähigkeit und Ihr Können, Ihre Ziele zu erreichen, und löst innere Widerstände und Zweifel. Sie gewinnen Vertrauen in den Prozess und können Ihre derzeitige Situation leichter akzeptieren und so neue Handlungsmöglichkeiten finden.

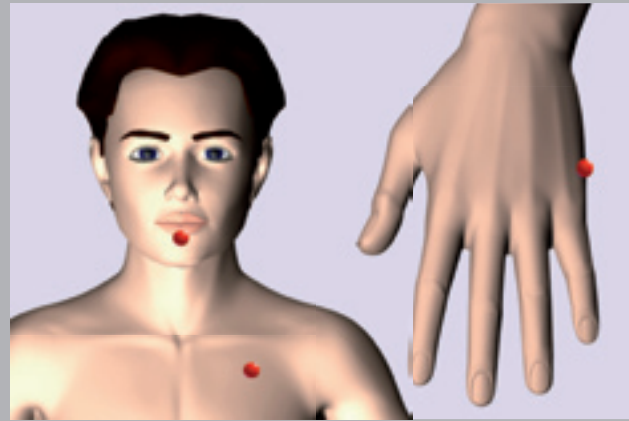
Blockierte Energie:

Unglücklich sein, unentschieden sein, sich unsicher fühlen, Gefühl, es nicht zu verdienen, es sich nicht erlauben zu können, schuldig zu sein, nicht gut genug zu sein, verzerrte Einstellung und Einschätzung zur Lösungsvision, Glaube, sein Thema nie zu überwinden oder einen Teil weiter zu behalten.

Spirit of Energy:

Selbstliebe ist die Basis dieses Menschen. Seine innere unbewusste Welt befindet sich im Einklang mit seiner bewussten, äußeren Welt. Das heißt, Wille, Vorstellung und seine innere Überzeugung unterstützen seine Ziele und das Erreichen seiner Wünsche. Er glaubt daran und ist überzeugt, ein erfülltes, harmonisches und gesundes Leben zu leben und nutzt jede Erfolgschance.

Selbstliebe, Annahme und Akzeptanz



Sabotage-Fallen

- Wunder Punkt, linke Brustseite (WP)
- Unter Lippe (UL; Zentralgefäß 24)
- Handkante (HK; Dünndarm 3)

Energieformel

- Ich liebe und akzeptiere mich von ganzem Herzen mit all meinen Problemen und Grenzen.
- Auch wenn ich im Moment glaube, dass ich es nicht verdiene, mich wohl zu fühlen, liebe und akzeptiere ich mich, so wie ich bin.

*Wir können etwas nicht verändern,
solange wir es nicht akzeptieren.
Ein Schuldspruch ist keine
Befreiung, sondern Unterdrückung.*

Carl Gustav Jung





Qualitäten:

Abenteuerlust, Neubeginn, Aufbruch, beginnende Dynamik, Expansion und Wandel

Dieses Element gibt Energie für neue Visionen, den Blick und die Planung in die Zukunft. Wichtig ist hier, Gefühle der Hilflosigkeit, der Wut, der Ziellosigkeit und fehlender Ausdauer aufzulösen. Die Energie der Farbe Grün entspannt, Wut verraucht und Aufbruchenergie wird spürbar. Nach der Zeit der Stagnation entfaltet sich die Kraft und es entstehen Räume für den nächsten Schritt.

Blockierte Energie:

Ärger und Zorn, Druck, massive Ausbrüche von Wut, starke Aggression, sehr verstandesorientiert.

Spirit of Energy:

Der Mensch konzentriert sich auf seine innere Führung und deren kreative Ausdrucksmöglichkeiten. Seine Vitalität sprüht, seine organisatorischen und visionären Fähigkeiten koppeln sich mit Entscheidungskraft und Gestaltungskraft. Kreativ folgt er seinen Zielen und seiner Karriere. Er verfügt über die Kraft und Klarheit, die für wichtige Entscheidungen im Leben notwendig ist.

Geduld und Kreativität



Holzelement

- Stirn (S; Gouverneursgefäß 24,5)
- Unter Nase (UN; Gouverneursgefäß 26)
- Unter Lippe (UL; Zentralgefäß 24)
- Brust (B; Thymus)

Energieformel

- Die Leidenschaft der Vision trägt mich und lässt mich kreativ in die Zukunft blicken.
- Grün stärkt meine Hoffnung und Zufriedenheit.



金

Metallelement

Lunge

Qualitäten:

Selbstaussdruck und wahrhafte Kommunikation

Der Meridian hilft, den natürlichen Rhythmus anzuerkennen. Die natürliche Ordnung kann erkannt und angenommen werden. Durch die Energie des Meridians schmilzt eine rigide Struktur des Perfektionismus hinweg, und schneidende Härte wird in Wärme und Interaktion verwandelt.

Blockierte Energie:

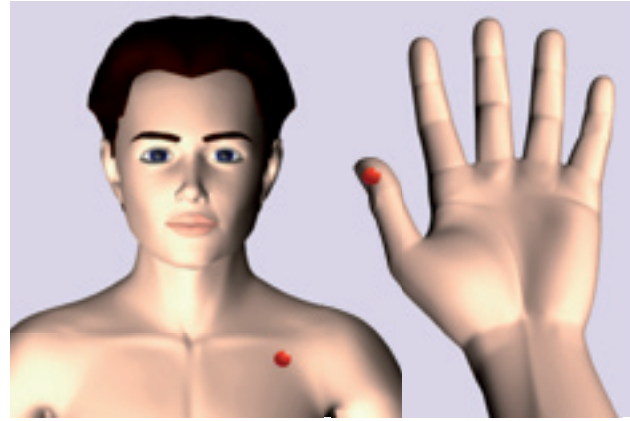
Traurigkeit, Spott, innere Leere, Sarkasmus, Hochmut, Geringschätzung, Bedrücktheit, Verachtung, Intoleranz, Ironie, Reue, Distanz, Minderwertigkeitsgefühle, Vorurteile, Stolz, mangelnde Kontaktfähigkeit, Unzufriedenheit.

Spirit of Energy:

Uneigennützig Liebe, Eigenständigkeit, Hier und Jetzt

Der Mensch lebt im Hier und Jetzt. Er ist bereit, eigene seelische Bedürfnisse zu akzeptieren und weiß, dass er sie selbst erfüllen kann. Seine Ausrichtung ist auf die Gegenwart orientiert und vergangene Ereignisse kann er realistisch und konstruktiv verarbeiten. Seine eigenen Grenzen während gelingt es ihm, sich aus dem Netz der Gefühlsverstrickungen und Abhängigkeiten zu lösen.

Toleranz, Achtung, Anerkennung



Lungen-Meridian (Yin)

- Anfangspunkt: Unterhalb des Schultergelenks (Lunge 1)
- Endpunkt: Daumen, innere Nagelfalz (D; Lunge 11)

Energieformel

- Ich bin demütig, tolerant und bescheiden, offen und frei.

*Geh langsam. Hetze nicht.
Jeder Schritt bringt dir
den besten Moment des Lebens
- den gegenwärtigen Moment.*

Thich Nhat Hanh





Sondermeridiane

Qualitäten:

Dieser Punkt hilft stagnierende Gedanken und Gefühle zu befreien und zu klären. Blockaden auf der Verstandesebene werden gelöst und klares Denken wieder möglich. Seine Wirkung geht weit über den körperlichen Bereich hinaus.

Blockierte Energie:

Stagnierende Gedanken und Gefühle, Verstandesblockaden, Unruhe, Scham.

Spirit of Energy:

Der Mensch steht in Kontakt mit seiner inneren Führung. Er erkennt und schätzt seine Stärken und Schwächen realistisch ein und geht mutig den Weg seiner Selbstverwirklichung. Fremde Maßstäbe hat er abgelegt und folgt seinen eigenen inneren Maßstäben von Richtig und Falsch.

Die Flüssigkeiten empfangen



Meridianpunkt Zentralgefäß 24

- Unter Lippe (UL)

Energieformel

- Ich bin wertvoll.

Tust du etwas in der Überzeugung, dass es getan werden müsse, so scheue dich nicht, dabei gesehen zu werden, auch wenn die große Menge anders darüber denken sollte.

Epiktet



水

Wasserelement

Blase

Qualitäten:

Der Punkt beruhigt den Verstand und ermöglicht einen Zugang zu tief liegenden Gefühlen. Die Energie stärkt die innere Wahrnehmung und gibt ausreichend Kraft für die jetzt notwendige Konfrontation mit Angst und Furcht.

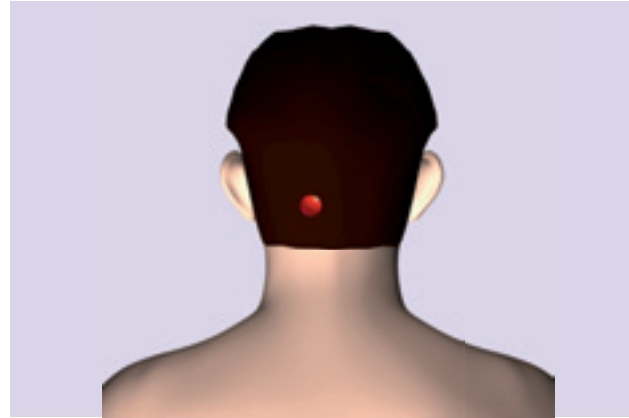
Blockierte Energie:

Ungeduld, Ratlosigkeit, diffuse Ängste, Gefühllosigkeit, Schreckhaftigkeit, Entsetzen, Frustration, oft Verleugnen von Angstgefühlen – „nicht sehen und fühlen wollen“.

Spirit of Energy:

Der Mensch ist bereit, sich seinen Befürchtungen und Ängsten zu stellen. Achtsam nimmt er Gefühle von Wut, Ärger, Schmerz und Verzweiflung an und kann die Spannungen in seinem Herzen lösen. Er hat die Fähigkeit, mitfühlend, einfühlsam und tief zuzuhören und trifft Entscheidungen mit Herz und Verstand. Charisma und Klarheit gehen von diesem Menschen aus, und auch seine Mitmenschen erlernen die Kunst des gewaltfreien Kommunizierens miteinander.

Säule des Himmels



Meridianpunkt Blase 10

- Seitliches Hinterhaupt (SHH)

Energieformel

- Ich bin frei, ich selbst zu sein.
- Ich habe mein Leben in der Hand.

Wollen wir in Frieden leben, muss der Frieden aus uns selbst kommen.

Jean-Jacques Rousseau