

Wichtigste Punkte | Gallenblasen-Meridian

Gallenblase 34 = Quelle am Yang-Hügel.

Akupressur: Mit dem Mittelfinger.

Funktionen:

- Aktiviert den Energiefluss.
- Bringt Energie vom Kopf in Bauch und Beine.
- Erdpunkt: verbindet Holz mit Erde.
- Macht kräftig und ruhig. Gibt ein Gefühl von Entschlossenheit, Sicherheit und Stärke.

Gallenblase 40 = Kahler Hügel.

Akupressur: Mit dem Mittelfinger.

Funktionen:

- Aktiviert den Energiefluss zum Lebermeridian.
- Gleicht Energie im Gallenblasenmeridian aus (Wut, Erschöpfung)
- Aufsteigende Wärme in Körper.
- Kopf wird offen und frei.

Gallenblase 14 = Klares Yang.

Akupressur: Mit dem Mittelfinger.

Funktionen:

- Entspannt den Kopf.
- Gefühl von Weite in der Stirn.
- Nasenatmung erleichtert.
- Erweitert das Blickfeld -physisch und psychisch.

Gallenblase 20 = Teich des Windes.

Akupressur: Mit dem Mittelfinger.

Funktionen:

- Entspannt Nackenmuskeln.

- Loslassen im Kopf.
- Fenster zum Himmel – Kontakt nach oben.
- Gestautes Qi im Kopf wird gelöst.
- Loslassen und Entspannen.

Gallenblase 21 = Schulterbrunnen.

Akupressur: sehr stark mit dem Mittelfinger drücken. Bereich kneten. Stark verspannt.

Funktionen:

- Entspannt den Kopf.
- Loslassen.
- Nimmt Last von den Schultern.
- Lenkt Energie vom Kopf in den Körper.

Gallenblase 24 = Sonne und Mond.

Akupressur: Mit dem Mittelfinger.

Funktionen:

- Ausschwemmen alter seelischer und körperlicher Giftstoffe aus dem Gewebe.
- Verbindet oberen mit unterem Körper.

Gallenblase 25 = Tor der Hauptstadt.

Akupressur: Mit dem Daumen.

Funktionen:

- Aktiviert Gefühle der Wildheit, der Ausdehnung, der Freiheit.
- Nichts und Niemand kann mir im Weg stehen.
- Man bekommt Energie, um Hindernisse aus dem Weg zu schaffen.

Gallenblase 37 = Licht.

Akupressur: Mit dem Daumen/Mittelfinger.

Funktionen:

- Gleicht Energiegefälle zwischen Leber- und Gallenblasenmeridian aus.
- Macht ruhig, erdete und verwurzelt wie eine Pflanze.
- Wirkt auf das 3. Auge.

Gallenblase 38 = Ergänzung des Yang.

Akupressur: zusammen mit Gb 37 + 39 mit mehreren Fingern.

Funktionen:

- Entspannung.
- Wohliges Rundumgefühl.
- Weite in der Atmung und Brust.

Gallenblase 39 = Becher der Sorgen.

Akupressur: zusammen mit Gb 37 + 39 mit mehreren Fingern.

Funktionen:

- Gleicht alle 3 Yang-Meridiane aus = Kreuzungspunkt der 3 Meridiane.
- Gelassenheit + Freude.
- Vorwärtsgehen in Zukunft.

Gallenblase 41 = Am Fuß – dem Weinen nahe.

Akupressur: Mit dem Mittelfinger.

Funktionen:

- Aktiviert den Energiefluss zum Gürtelgefäß. Mehr Qi in Unterbauch und Taille, Becken und Beinen.
- Löst Anspannung im Kopf.

Gallenblase 43 = Ritterlicher Bach.

Akupressur: Mit dem Mittelfinger. Wasserpunkt des Holzes.

Funktionen:

- Entspannt. Beruhigt. Schläfert ein.