

Wichtigste Punkte | Magenmeridian

Magen 36 = Drei Meilen am Fuß. Göttlicher Gleichmut.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände. Mit Bällen als Zusatzpunkt gut geeignet.

Funktionen:

- Meister des Bauches.
- Tor der Ausdauer und Vitalität.
- Macht ruhig, gleicht aus, kräftigt, stärkt, seelisch stabil.
- Holt die Energie vom Kopf in den Bauch.
- Verdauungsanregend.
- Gegen Bauchschmerzen + Übelkeit.

Magen 25 = Zentrum des Himmels.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände.

Funktionen:

- regt Darmperistaltik an.
- Entspannt Kopf, Hals, Nacken.
- Kopf leert sich.
- Man fühlt sich friedlich.
- Man fühlt sich weich und sanft und liegt gelöst und offen da.

Magen 38 = Schmale lange Mündung.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände den Bereich kneten.

Funktionen:

- Entspannt die Schultern – werden wie Flügel.

Magen 39 = Große Leere des Unterbauchs.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände.

Funktionen:

- Wärmt und belebt die Beine und Füße.
- Entspannt und lockert den Bauch und gibt ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit.

Magen 40 = Üppiges Aufblühen.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände.

Funktionen:

- Regt den Fluß des Qi in der Brust und im Solarplexus an.
- Der ganz Körper wird warm und leicht.

Magen 41 = Löst das Flüsschen.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände.

Funktionen:

- Tonisiert die Verdauungstätigkeit des Magens.
- Man bekommt Appetit.
- Wärmt und entspannt den Bauch.
- Regt Darmperistaltik an.
- Psychisch: ein Feuerpunkt, der Stau auflöst und in Bewegung bringt.
- Macht wach und entspannt. Geerdet.

Magen 42 = Voller Schwung des Yang.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände.

Funktionen:

- Wirkt tief entspannend.
- Bauch wird weich + Darmperistaltik wird angeregt.
- Macht ein wohliges und genüssliches Gefühl im Bauch.
- Aktiviert die Fußchakren. Macht warme Füße und erdet.

Magen 43 = Ins Tal fallen.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände.

Funktionen:

- Wirkt tief entspannend und einschläfernd.
- Kann aber auch anregend und aktivieren wirken (Holzpunkt).
- Bei Kopflastigkeit.

Magen 44 = Innerer Hof.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände.

Funktionen:

- Man fühlt sich entspannt und schwer.
- Bilder aus der Kindheit, vor allem der Mutter tauchen auf.
- Bei kalten Füße. Nervöse Anspannung und Schlaflosigkeit.

Magen 45 = Schonungsloser Wechsel.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hände.

Funktionen:

- Man spürt innere Ruhe.
- Magen wird aktiviert.
- Entspannung – Loslassen – müde Augen.
- Wenn der Magen gesund und man reinen Gewissens ist, wirkt er entspannend.
- Gegen Ängste.