

Wichtigste Punkte | Milzmeridian

Milz-Pankreas (MP) 6 = Kreuzung der 3 Yin. Meisterpunkt des Beckens.

Akupressur: Mit mehreren Fingern drücken + Kneten (ist oft verklebt).

Funktionen:

- Regt den Energiefluss an den Innenseiten der Beine und im Beckengürtel an.
- Qi sammelt sich im Becken. Der Unterleib und untere Rücken wird warm bis heiß.
- Regt das 2. Chakra an! Inneres Kind.
- Entspannt, kraftvoll und tief glücklich.
- Manchmal sexuelle Erregung und Pulsieren im Unterleib.
- Bei Blasenentzündungen, chronischer Erschöpfung und Müdigkeit.

MP 4 = Enkel des Landesfürsten.

Akupressur: je nach Ausgangslage Daumen oder mehrere Finger. Ist oft verklebt – lösend kneten.

Funktionen:

- Wirkt wärmend und entspannend.
- Man fühlt sich aufgehoben, wohliger und weicher.
- Er wärmt und entspannt.
- Regt das Qi in den Eierstöcken und Gebärmutter an.
- Wirkt auf den Magen. (Fußreflex ist hier der Magenpunkt)

MP 1 = Verborgener Glanz.

Akupressur: Mit Daumen oder Zeigefinger.

Funktionen:

- Bauchatmung wird angeregt.
- Entspannt den Oberbauch
- Darmperistaltik wird angeregt.
- Man fühlt sich ruhig und friedlich.
- Regt das Qi an den Innenseiten der Beine an. Energie fließt nach oben in das Becken.

MP 2 = Große Hauptstadt.

Akupressur: Mit beiden Daumen kneten. Oft verklebt.

Funktionen:

- Entspannt den Oberbauch.
- Regt Dünndarmperistaltik an.
- Macht das Hara kräftig und vital (Ankommen bei Dir).
- Bringt Feuer in die Milz.
- Man fühlt sich tief entspannt und ruhig, wohl und geborgen.
- Aktiviert das 3. Auge.

MP 3 = Höchste Helle.

Akupressur: Mit Daumen drücken.

Funktionen:

- 3. Auge entspannt sich.
- Gibt Ruhe und Gelassenheit. Inneren Frieden.
- Geborgenheit.
- Atem breitet sich im ganzen Körper aus.

MP 5 = Vermittelnder Hügel.

Akupressur: leicht drücken. Anfangs kneten (ist meist verklebt).

Funktionen:

- Regt einen aufwärts gerichteten Energiefluss an. Bis hoch zum 3. Auge.
- Wirkt kräftigend und stärkend.
- Kann eine Flut von Bildern auslösen, da er lösend aufs 3. Auge wirkt.

MP 9 = Die Quelle am Fuße des Yin-Hügels.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hand.

Funktionen:

- Macht ruhig, weich und langsam.
- Gibt ein tiefes Entspannungsgefühl. „Fauler Sonntag Gefühl“

MP 10 = Meer des Blutes.

Akupressur: mit mehreren Fingern der Hand.

Funktionen:

- Geborgenheit, Heiterkeit, Freude, Genuss.
- Macht Bauch weich und warm.
- Klarheit im Kopf. Denken wird frei.