

Wichtigste Punkte | Pericardmeridian

Pericard 6 = Paß nach Innen.

Akupressur: Daumen zusammen mit 3-facher Erwärmer 5 (Zeigefinger).

Funktionen:

- Atmung vertieft sich.
- Darmperistaltik wird angeregt.
- Wirkt krampflösend und entspannend.
- Entspannt den Solarplexus (Selbstwert) – man öffnet sich, weil man sich seiner selbst bewusst ist.

Pericard 1 = Himmlischer Teich.

Akupressur: Ganz leicht mit Mittelfinger.

Funktionen:

- Ein Fenster zum Himmel: man läßt den Kopf und die gedankliche Kontrolle los und gibt sich Gefühlen und Empfindungen hin.
- Kraftgefühl im Hara (Nierenenergie) und Öffnung im Herzchakra: Herz und Bauch verbinden sich.
- Das Herz bekommt Kraft aus dem Bauchraum. Man bekommt Lebensfreude und stabilisiert sich in sich.

Pericard 3 = Teich in der Beuge.

Akupressur: mit dem Daumen.

Funktionen:

- Wirkt beruhigend und entspannend.
- Atmung in den Brustraum wird verstärkt. Herzöffnung im Gewebe.
- Kann alles, was im Herzen abgespeichert ist aktiv machen, um integriert zu werden. Kurzfristig beschleunigter Herzschlag.
- Dann Beruhigung und Entspannung. Wohligenes Gefühl.
- Unterdrückte Atmung wird befreit.

Pericard 7 = Großer Hügel.

Akupressur: mit dem Daumen.

Funktionen:

- Entspannt.
- Herz beruhigt sich.
- Atmung vertieft sich.
- Wirkt auf Kehlkopfchakra: Unterdrückung der Sprache, Kloß im Hals oder die Maske nach außen wird gelöst.
- Man möchte sich authentisch zeigen.
- Macht entschlossen. Man läßt sich nichts mehr gefallen. Zeigt sein wahres Gesicht.

Pericard 9 = Energieimpuls für die Mitte

Akupressur: Mit Daumen berühren.

Funktionen:

- Bei Erschöpfung, Müdigkeit.
- Bei Schockzuständen.
- Gibt Energieimpuls für die Mitte.
- Regt das 3. Auge an.
- Schärft das Bewusstsein.