

CHECKPOINTS IN DEN FUßMERIDIANEN FÜR EINE GUTE VERDAUUNG, FÜR DEN pH- UND ENERGIEHAUSHALT, ZUM LÖSEN VON BLOCKADEN UND STAGNATION UND ZUR STÄRKUNG DER 5 LEBENSKRÄFTE. (S.13,20,24)

Meridian der Nieren	Meridian der Milz	Meridian des Magens	Meridian der Gallenblase	Meridian der Leber	Meridian der Harnblase
<p><b>Bewusstseinspunkt:</b> In der Grube zwischen dem Pad des 1. Fingers und dem Gelenk des 2. - unter dem 2. Finger. Druck: pulsierend, kreisförmig, mit dem Knöchel des gebogenen Zeigefingers.</p> <p>Im 9. Schwangerschaftsmonat</p>	<p><b>Psychische Punkte:</b> Im Fußgewölbe entlang des Knochens der ersten Zehe. Druck: Mit den Fingerknöcheln den inneren weichen Teil des Fußes massieren.</p>	<p><b>Punkt des Geistes:</b> 4 Finger unterhalb des unteren Endes der Kniescheibe, in der Grube der Knochenkrümmung. Druck: pulsierend, kreisförmig, mit der Spitze des Mittelfingers.. <b>Verboten während Schwangerschaft.</b></p>	<p><b>Punkt des Egos:</b> in der Grube zwischen den Knochen des kleinsten Zehs und der 4. Zehe des Fußes. Druck: pulsierend, kreisförmig, mit Daumen oder Mittelfinger.</p>	<p><b>Punkte des Herzens:</b> in der Ecke der Grube zwischen dem 1. und 2. Zeh. Druck: pulsierende, kreisende Massage, mit der Daumenkuppe oder der Spitze des Mittelfingers.</p>	<p><b>Willenspunkt</b> in der Grube hinter dem Knöchel. Druck: mäßig, pulsierend, kreisförmig, mit dem Daumen. Häufige und längere Massage, bis der Schmerz nachlässt. <b>Verboten während Schwangerschaft.</b></p>

Primäre Kraft	Seelische Kraft	Geistige Kraft	emotionale	Herz Kraft	mentale Stärke
---------------	-----------------	----------------	------------	------------	----------------

Die Massage wird mit mäßigem Druck angewendet, um die Energien zu bewegen und bis zur Schmerzlinderung. Schmerz ist ein Zeichen von Energieblockaden:

<p>Innerer Konflikt, geringes Bewusstsein, Erhöhter Säuregehalt, Gewebeverkalkung. (S.15,36,99,147,150,182)</p>	<p>Zweifel, Verdacht, Schwache Immunität, Stagnation der Nahrung im Magen, Flüssigkeitsretention, Übergewicht.</p>	<p>Schwache Manifestation von Geist und Liebe, Verdauungsstörungen, Gastritis, Geschwüre, Magenschmerzen. (S.69,92,111,133,153,179,184)</p>	<p>Konflikt des Egos mit anderen, Schwellung, Reflux, Gallenstau (S..16,29,34,38,42,102, 108,148,152,173,182,189)</p>	<p>Destruktive Manifestation des Willens, Wahn, Magenschwere, Verstopfung, Hämorrhoiden. (S..14,17,32,37,106,117, 111,151,160,171,175,180)</p>	<p>Schwacher Wille, Unterbewusstsein, Reizbarkeit, Renaler Yin-Mangel und Yang-Stagnation in der Leber. (S..15-17,20,25-27,32-38,45,48,54-56,73,80,107,143)</p>
---	--	---	---	--	---

So wie die Kontrollpunkte der Meridiane in unseren Handflächen verborgen sind, wo die Energien von Feuer, Metall und Luft fließen, kontrolliert von Herz, Dünndarm, Perikard, Schilddrüse, Lunge und Dickdarm, kontrollieren unsere Füße unsere irdische Belastbarkeit durch die Elemente Holz, Wasser und Erde. Die Handflächen drücken unsere Mental-, Herz- und Bewusstseinsmanifestationen aus, und die Füße - die Manifestationen des Egos, der Seele und des Geistes. Die Handflächenmassage stimuliert die Tugenden und die Fußmassage stimuliert Gesundheit und Verwirklichung. (S.13,24,28,94,187)

**Die Leber ist ein Empfänger und Erzeuger spiritueller Energie**, deren hochwertige Essenz zur Speicherung in die Gallenblase geschickt wird, die sie zu bestimmten Tageszeiten in den Magen gießt, um uns zu ernähren. (S. 25,104,110,112) Außerdem ist **die Leber ein Reservoir für unser Blut - die Essenz unserer Seelenenergie**, die von der Milz kontrolliert und umgewandelt wird. (S. 21,22,91,92,93,94,115,121,123,157) Wenn wir uns während der für die Sekretion von Gallensäften festgelegten Stunden nicht hungrig fühlen, bedeutet dies, dass unser Körper das Bedürfnis verspürt, sich **von der reinigenden Kraft des Herzens zu ernähren**, die durch die Interaktion der Seele mit der spirituellen Energie erzeugt wird. (S. 25,106,111,158,164) In solchen Momenten werden unsere Leber und unsere Galle von den Giftstoffen gereinigt, die sich im entero-hepatischen Kreislauf angesammelt haben, **was es unserer Essenz ermöglicht, die zerstörerische Kraft des Ego loszuwerden**. (S.17,54,59,68,80,110-111,127,153,163,187) Unsere Gallenblase sondert ihre Säfte zu genau definierten Tageszeiten unter dem **Einfluss des Elements Luft ab - ein Sauerstoff- und Lichtträger** für unseren Körper. Die Luft erfüllt uns mit **der Energie des göttlichen Geistes - der Liebe**, die für die saubere Umwelt, das Gleichgewicht und die Fruchtbarkeit unserer Seele sorgt - unser verborgenes Potenzial. (S.17,18,94,105,106,111,122,123,147,157,160,174) Der Magen führt unter dem Einfluss des Elements Luft eine Verdauungstätigkeit aus, die für die Oxidation von Nährstoffen, für die Beseitigung von Krankheitserregern und freien Radikalen, die in den Magen-Darm-Trakt gelangen und sich dort bilden, und für die Regulierung des pH-Werts des Magen-Darm-Inhalts erforderlich ist. (S.44-46,61,73,90,128,162) Die Verdauung wird hauptsächlich durch Gallensäfte, die zu bestimmten Tageszeiten unter Lichteinfluss in den Magen gegossen werden, aktiviert, kann aber auch durch destruktive Emotionen angeregt werden in diesem Fall ohne Licht. (S. 25,27,33,34,35,47,94,109,111,112,149,152,159) **Unser Magen ist unser spirituelles Zentrum**, das die Prinzipien materieller und immaterieller Gesetze beherrscht, **aber leidet**, wenn wir anfällig für Herzlosigkeit und Feigheit werden. (S.27,45,49,54,111,112,121,149, 175,179,182,184,190) **Die Völlerei und der ständige Hunger des Egos nach Vorteilen, genährt durch das Gefühl der Minderwertigkeit**, die aus Unzufriedenheit und Faulheit stammen, stoßen den Geist ab und blockieren die Kraft der Seele, die nach voller Verwirklichung des Selbst strebt. (S.16,17,29,32,34,47,57,68,86,91,114,117,123,148,150,152,153,159,165,191,194)