Zentralgefäß

Organzuordnung: Gehirn, ZNS

Ich weiß, wer ich bin, wo ich hingehe.
Ich stehe auf meinen eigenen Füßen.

Themen:

- Schutz in Gegenwart und Zukunft.
- Bedingungslose Liebe erfahren (zu sich haben) stärkt das ZG.
- Bei um die Bauchgegend beleibten Menschen kann der Zentralmeridian schwach sein - sie benötigen die Fettschicht um sich vor anderen Menschen besser schützen zu können.
- Wenn man beruflich viel mit Menschen zu tun hat oder ein starker „Kopfarbeiter“ ist oder bei wenig Muskelbetätigung kann eine Neigung zu „Gehirnmüdigkeit“ entstehen was den Zentralmeridian schwächt und umgekehrt.
- Welches unscheinbare Ding musst Du loslassen, um Dein Ziel zu erreichen.

Das ZG reagiert auf Elektrosmog!

Meridianthema: Sich nach außen öffnen
Emotionen der 5 Elemente: Selbstachtung, Überwältigung, Schüchternheit, Erfolg, Scham

Metaphern:

- Brett vorm Kopf haben
- Jemandem den Kopf waschen
- Jemandem auf dem Kopf herum tanzen
- Gedanken schwirren im Kopf herum
- Jemandem den Kopf verdrehen
- Viel um die Ohren haben
- Sich den Kopf zerbrechen
- Über den Kopf von jemandem hinweg entscheiden
- Die Ohren steif halten
- Mit dem Kopf durch die Wand gehen
- Einen kühlen Kopf bewahren
- Den Kopf verlieren
- Etwas steigt zu Kopf
- Kopflastig sein
- Der Schädel brummt
- Kopflos sein
- Kopf und Kragen riskieren
- Den Kopf hängen lassen
- Sich behaupten
- Etwas macht Kopfschmerzen
- Dickköpfig sein

Gouverneursgefäß

Organzuordnung: Reptiliengehirn, Rückenmark, VNS

Körper:

- Das Gouverneursgefäß wird kontrolliert / kontrolliert in Wechselwirkung die Wirbelsäule und steht mit allen körperlichen Funktionen in Zusammenhang.
- Gebeugte Haltung, steifer Nacken, Bandscheibenbeschwerden und versteifte Haltung, Kreuzschmerzen können belastende Dinge aus der Vergangenheit sein.
- Dies schlägt sich auf das GG. Ist das GG schwach übernimmt das ZG die Arbeit mit - und umgekehrt.

Das GG reagiert auf geopathischen Stress!

Welche Bürde trägst Du mit dir herum?

Themen:

- Zuständig für die Vergangenheit.
- Abstand nehmen von Bewertungen, Gnade vor Recht ergehen lassen zugunsten von neuen Lösungsmöglichkeiten.
- Aus kinesiologischer Sicht: Alles was im Rücken schmerzt, stammt aus der Vergangenheit. Lernen, die Vergangenheit anzunehmen. Jede körperliche Schwäche stresst das GG.

Meridianthema: Den Rücken schützen
Emotionen der 5 Elemente: Verlegenheit, Ehrlichkeit, Wahrheit, ungestützt, unterstützt

Metaphern:

- Es läuft mir eiskalt den Rücken herunter
- Rückgrat haben
- Zu sich stehen
- Sich verbiegen
- Sich buckeln
- Den Rücken krumm machen
- Angst sitzt im Nacken
- Verantwortung lastet auf den Schultern
- Aufrecht sein
- Hartnäckig sein
- Haltung bewahren
- Etwas zurechtrücken
- Sich auf etwas versteifen
- Jemanden zusammenstauchen
- Überspannt sein
- Eine Sache überziehen
- Jemanden prellen
- Etwas richtig stellen
- Störrisch sein
- Strebsamkeit
- Sich für jemanden krumm legen

Magen

Körper:
- Organ: Magen
- Der Magenmeridian hat eine deutliche Verbindung zum oberen Verdauungstrakt.

Themen: Beängstigen / befürchten,
Ärger / Wut / Zorn,
Ekel / Gier,
Versagensangst / Angst, dass Anforderungen zu hoch sein könnten,
Enttäuschung

Emotionen der 5 Elemente:
(un) zuverlässig, Kritik, Zufriedenheit, Enttäuschung, Entbehrung, Hunger, Übelkeit, Abscheu, Zweifel, Gier, leer, Mitleid, Einfühlen, verbittert

Meridianthema: selbstverursachten Streß bewältigen

Dennison: **Ärger/ Zufriedenheit**
- Ich bin zufrieden und glücklich
↳ Meine Bedürfnisse können nie erfüllt werden

Diamond:
- Ich bin zufrieden
- Ich bin ruhig

Edu-K:
- Ich bin zufrieden / glücklich / sicher / in Sicherheit / in Frieden
- meine Bedürfnisse werden niemals befriedigt / können sich nie erfüllen
- ich bin wütend
- wieviel ich auch erhalte, es ist nie genug
- ich bin ängstlich / aufgebracht

Psycho-Kin: **Nicht mögen**
Abneigung / Mangel an Sicherheit / überlastet / Hass / machtlos / besessen / Gier

Metaphern:
- Sauer reagieren
- Es ist mir auf den Magen geschlagen
- Ärger schlucken
- Es ist im Magen liegen geblieben
- Etwas nicht schlucken können
- Bissen bleibt im Halse stecken
- Den Hals nicht voll kriegen

Milz-Pankreas

Körper:

- Organe: Milz, Bauchspeicheldrüse (endokriner und exokriner Anteil)
- Der Milz - Pankreasmeridian beeinflusst den Stoffwechsel im Körper, die Verdauung im Dünndarm und die Hormonausschüttung.
- Stress, der durch Außenreize verursacht wird, belastet ihn besonders stark. (z.B. Konflikte)

Themen:

- Trauer / Kummer, Angst vor der Zukunft
- schwindende Anerkennung und Vertrauen, wem oder was wird hinterher getrauert (Chancen, Kindheit...)?
- an leidvollen Erinnerungen haften

Emotionen der 5 Elemente:
abgelehnt, anerkannt, ablehnen, anerkennen, Gewissheit , Angst vor der Zukunft, Vertrauen in die Zukunft, Zutrauen, Zynismus, Mitleid, Einfühlen, Neid

Meridianthema: Trauer annehmen

Dennison: Sorgen/ Reflektion

- Ich entspanne mich, gebe mein Bestes und die Welt ist wunderschön
- ↳ Um zu leben muss man sich Sorgen machen
  Wenn ich aufhöre, mich zu sorgen, werde ich sterben

Diamond:

- Ich glaube und vertraue auf die Zukunft
- Ich bin mir sicher

Psycho-Kin: **Niederes Selbstwertgefühl**
überbesorgt / Freudlosigkeit / Ungeduld / ablehnend / leben durch andere

Volksmund:

- Die Süße des Lebens
- Sauer sein

Herz

Körper:

- Organ: Herz
- Der Herzmeridian wirkt auf die Blutzirkulation und das vegetative Nervensystem ein, wird beeinflusst/ beeinflusst Herz, Gefühle, Gedanken.

Themen:

- Bedingungslose Liebe, Vergebung, Zorn, Ärger, Missachtung, Freude, Hass, Leidenschaft. Bedingungslose Liebe zu sich selbst, Selbstannahme, egoistische/ kleinliche Liebe.
- Schwer enttäuscht - ärgerlich - zornig sein, das jemand nicht dem Bild entspricht, das man sich anfangs von ihm/ihr gemacht hat.
- Was verunsichert in dieser Situation am meisten? Mein Verhalten, meine Bewertung/ Verurteilung oder das Gefühl andere zu enttäuschen? Sich selbst vergeben, es zugelassen zu haben enttäuscht zu werden.

Emotionen der 5 Elemente:

Vergebung, Versöhnlichkeit, Selbstachtung, Selbstwert, sicher, unsicher, Ärger, Hass, Liebe

Meridianthema: Liebe annehmen und geben

Dennison: Verleugnung, Hass ↔ Bedingungslose Liebe

- Ich weiß, wer ich bin ↔ Ich bin mir selbst fremd
- Ich bin von Freude und Dankbarkeit erfüllt, was immer ich auch tue ↔ Ich hasse, was ich tue

Diamond:

- Mein Herz ist voll Vergebung

Edu-K:

- Ich muss perfekt sein
- Ich liebe mich

Psycho-Kin: **Angst vor Freude (phys. Herz)**

betrogen und verlassen werden / hartherzig / Geld- und Machtgier / unverdient / Verschlossenheit

Metaphern:

- Das Herz ist in die Hose gerutscht
- Mir blutet das Herz
- Das habe ich mir zu Herzen genommen
- Das Herz verloren haben
- Ein weites / großes Herz haben
- Herzlich sein
- Ein Stein ist vom Herzen gefallen
- Etwas auf dem Herzen haben
- Das Herz ist zerbrochen

Dünndarm

Körper:
- Organ: Dünndarm
- Der Dünndarmmeridian steht in Verbindung mit Verdauung, Stoffwechsel.

Themen:
- Freude, Hass, Leidenschaft, sich vereinigen - mit anderen gleichsetzen. Freude, Kummer/ Traurigkeit/ Leid, mit anderen teilen.
- Sich selbst und andere schätzen/ würdigen können. Auf Menschen/ Ziele/ Projekte/ Aufgaben zugehen.

Emotionen der 5 Elemente:
Freude/ Betrübnis, überdreht/ Traurigkeit, (nicht) geschätzt, Verinnerlichung, aufbauend, aufnehmend, nährend.

Meridianthema: Freude empfinden

Dennison: Ablehnung / Assimilation
Ich lerne aus allen Lebenslagen / Erfahrungen ↔ Ich blockiere alle meine Lernerfahrungen

Diamond:
- Ich bin voller Freude
- Ich hüpfe vor Freude

Edu-K: Assimilieren / Blockieren
- Ich bin offen für neue Erfahrungen ↔ Ich lehne es ab, aus meinen Erfahrungen zu lernen
- Ich akzeptiere meine Gefühle ↔ Ich verleugne meine Gefühle
- Sortieren lernen (wissen, was zu viel / zu wenig ist)

Psycho-Kin.: Sich verloren und einsam fühlen
Mangel an Nähe, Wärme etc. / Unsicherheit / Liebesentzug / am Rande des Zusammenbruchs

Metaphern:
- Etwas nicht verdauen können
- Kummerspeck
- Etwas bekommt mir nicht

Blase

Körper:

- Organ: Blase
- Der Blasenmeridian steht in Zusammenhang mit der Ausscheidung von Schlacken über den Urin.
- Er hat Einfluss auf den Wasserhaushalt des Körpers und steht in Beziehung mit dem Hormonhaushalt sowie dem vegetativen Nervensystem.
- Blasenentzündung / Bettnässen / Reizblase, besonders bei Frauen: Verkrampfte Gefühlswelt, kontrollierte Emotionen, Konflikte im psychischen Bereich.
- Stressoren, die vor allem in traditionellen Erziehungsmustern zu suchen sind und die mit der Ausübung von Druck zusammenhängen.

Themen: Angst, Selbstorientierung, Frieden, Harmonie, Ungeduld, Selbstbewusstsein

Emotionen der 5 Elemente:

Friede, Schrecken, Panik, Entsetzen, Ruhelosigkeit, Frustration, innere Führung, Ungeduld, Zuversicht, Mut

Meridianthema: Selbstbewußtsein aufbauen

Dennison: Fremdkontrolle / Selbstbestimmung

- Ich bestimme selbst über mein Leben
- ↳ Ich werde kontrolliert von Menschen oder Kräften, die stärker sind als ich

Diamond:

- Ich bin ausgeglichen
- Ich bin friedlich

Edu-K: Innere Lenkung / äußere Richtung

- Ich gestalte mein Leben selbst ↔ s.o. Dennison
- Ich tue, was zu meinem Wohl ist ↔ Ich muss anderen gefallen
  Ich respektiere die anderen
- Ich gebe mir selber Kraft / Macht ↔ Ich gebe meine Kraft / Macht weg

Pyscho-Kin.: Sich schämen

unerfüllte Liebessehnsucht / Angst, auf eigenen Füßen zu stehen / sich verletzt fühlen / gleichgültig / anschuldigend

Metaphern:

- Nicht loslassen können
- Sich zurückhalten
- Dem Fluss des Lebens trauen
- Druck aushalten
- Über etwas Tränen vergießen

Niere

Körper:

- Organ: Nieren
- Der Nierenmeridian steht im Zusammenhang mit dem Energiefluss des Körpers und mit den verschiedenen geistigen Funktionen.
- Probleme mit dem Partner / der Partnerin können den Energiefluss nachhaltig stören.

Themen:

- Angst/ Furcht, Sexualität, sexuelle Sicherheit/ Unsicherheit, Partnerschaft, Treue, Sinnlichkeit, Erotik, Kraft und Kreativität.
- Die Sicherheit in der Rolle als Mann / Frau - die Angst evtl. darin zu versagen.
- Erwartungen anderer erfüllen (von denen man annimmt, dass sie von anderen gefordert werden) oder sich selbst treu sein.
- Eigener Ausdruck in der Geschlechterrolle.
- Sexualität: körperliche Vereinigung oder mehr?
- Persönlicher Ausdruck.

Emotionen der 5 Elemente:
Angst/ Furcht, Panik, Entsetzen, sexuelle (Un) Sicherheit, vorsichtig, Aberglaube,
(un) entschieden, nachlässig, rücksichtslos, (un) loyal, Phobie

Meridianthema: die eigene Sexualität / Lebenskraft bejahen

Dennison: Angst/ Vertrauen

- Ich liebe das Leben und genieße seine Erforschung, indem ich aus meinen Fehlern lerne
↳ Ich habe Angst vor dem Leben
Ich habe Angst vor den mit dem Lernen verbundenen Risiken

Diamond:

Meine sexuellen Energien sind ausgewogen

Edu-K: Sanfter Geist, Vertrauen / Angst

- Ich investiere mein ganzes geistiges Potential ins Leben
↳ Ich halte meinen Geist zurück, aus Angst vor ...
- Ich lebe in vollen Zügen, ich erforsche das Leben
↳ Ich habe Angst vor den mit Lernen/Entwickl./Wachstum verbundenen Risiken

Pyscho-Kin.: Angst

unmotiviert / gelähmter Wille / demoralisiert / Schuldgefühle / Richtungslosigkeit

Metaphern:

- Etwas geht an die Nieren
- Die bessere Hälfte
- Gegensätze ziehen sich an

Kreislauf-Sexus

Körper:

- Organe: Herzbeutel, Arterien, Venen, Geschlechtsorgane
- Der Kreislauf-Sexus-Meridian steht in Beziehung zum Kreislaufsystem und dem Herz.
- Seine Energie unterstützt die Arbeit der Blutgefäße und beeinflusst die Verdauung.
- Er korrespondiert mit dem Nierenmeridian und ist unter anderem auch mit den sexuellen Energien des Körpers verbunden.

Themen:

- Freude, Hass, Leidenschaft, Eifersucht, Unfähigkeit das Vergangene loszulassen.
- Bereitschaft, den Mitmenschen zu vergeben, etwas (nicht) bereuen, sich selbst lieben.
- Sich über Gefühle klar werden und diese umwandeln.

Emotionen der 5 Elemente:
Stille, ruhig, Hysterie, Entspannung, Starrköpfigkeit, verantwortlich, Eifersucht, Gewissensbisse, schwermütig, verdrießlich.

Meridianthema: Vergeben lernen / sich selbst spüren, eine Verbindung zu sich selbst haben

Dennison: Schuld/ Verbundenheit

- Ich vergebe allen, die mir Unrecht getan haben und übernehme die Verantwortung für meine eigene Entwicklung / mein Leben
- ↳ Ich gebe anderen oder mir selbst die Schuld für meine Probleme / Schwierigkeiten

Diamond:

- Ich lasse meine Vergangenheit los
- Ich bin großzügig
- Ich bin entspannt

Edu-K: Verbindung (Vergebung) / Abhängigkeit (Vorwurf, Schuld, Groll)

- Ich bin verbunden mit / lehne ab: Mutter, Vater, Natur, Welt
- Ich bin eins mit / lehne ab: meinen Körper, Gefühl, Geist
- Ich bin (fühle mich) unschuldig / schuldig

Pyscho-Kin.: Plötzliche Schock (emotionales Herz)
enttäuschte Liebe / Mangel an mütterlicher Wärme / Trauer / nicht liebenswert

Volksmund:

- Das Blut gefriert in den Adern
- Das Blut gerät in Wallung

Dreifacher Erwärmer

Körper:

- Organe: Drüsen- und Hormonsystem
- Der 3 E steht in Zusammenhang mit der Umsetzung der Nahrung in Energie, also Wärme. Wohlbefinden.
- Selbstheilungskräfte aktivieren.
- Körperlichen und psychischen Krankheiten vorbeugen.
- Leichtes Frieren, kalte Hände und Füße. (Ungleichgewicht im 3 E)

Themen:

- Gefühlsleben stabilisieren, Selbstbewusstsein fördern**.**
- Seelisches Gleichgewicht, innere Heiterkeit, innere und äußere Balance, Beschwingtheit/ schwere Depression, helfen, anderen / sich selbst dienen, fürsorglich sein, sich um sich selbst (gut) kümmern, Schwierigkeiten mit dem inneren Gleichgewicht (?), die Gedanken von Schwere, Zweifeln und negativen Erinnerungen befreien.

Emotionen der 5 Elemente:

Guter Dinge sein, Verzagen, Verzweiflung, freudig erregt, Hoffnung(slosigkeit), Einsamkeit, gedemütigt, Leichtigkeit, Schwere, dienend, ausgeglichen

Meridianthema: Die innere Balance finden

Dennison: Disharmonie/ Harmonie

- Ich bin eins mit dem Universum ↔ Ich bin nicht im Einklang mit dem Universum
- Ich bin im Einklang mit dem Fluss des Lebens ↔ Nie gelingt mir etwas

Diamond:

- Ich bin hoffnungsfroh
- Ich bin leicht und beschwingt

Edu-K:

- Ich bin zur rechten Zeit am rechten Ort ↔ Ich bin immer am falschen Ort/Platz
- Ich bin im Einklang mit dem Fluss des Lebens ↔ Mein Leben ist ein Chaos/Durcheinander

Psycho-Kin.: Gehirn / Unkontrolliertheit

enttäuscht / Selbstzweifel / Gedankenlosigkeit / Gefühllosigkeit / verwirrt / stur

Metaphern:

- Auf Hundert gehen
- Hitze haben
- Schmetterling im Bauch

Gallenblase

Körper:

- Organ: Gallenblase
- Der Gallenblasenmeridian steht im Zusammenhang mit der Tätigkeit der Gallenblase, und der Verdauungsdrüsen sowie die Funktion einiger Hormone.
- Stress von außen kann den GB belasten.

Themen:

- Stärke, Zielgerichtetheit/ Nachgiebigkeit, Entscheidungskraft, Liebe, Wut, Zorn, Empörung, Bescheidenheit, Demut, Ärger.
- Wut als Ausdruck tiefer Angst (davor, ein Ziel nicht erreichen zu können).
- Zorn der aus nicht selbst getroffenen Entscheidungen resultierend.
- Entscheidungskraft immer wieder neu trainieren und eigenverantwortlich über die eigenen Handlungen bestimmen.
- Den Mut haben sich für sich selbst zu entscheiden.
- Auf die eigenen Fähigkeiten konzentrieren, sie herausfinden, ausleben und die eigenen Ziele erreichen.

Emotionen der 5 Elemente:

Liebe, Zorn, Rage, Wut, selbstgerechte Empörung, Nachsicht, bestimmt, hilflos, passiv, bescheiden, Stolz, Wahl

Meridianthema: Entscheidungskraft stärken

Dennison: Unentschieden / Wahl

- Ich treffe Entscheidungen für mich, die mir und der Welt nützlich sind
- ↳ Ich bin unfähig, Entscheidungen zu treffen, die meinem grundlegenden Wohlergehen dienen

Diamond:

- Ich wende mich anderen voller Liebe zu
- Ich bin sicher

Edu-K: Entscheidungen fällen / aufschieben

- Ich entscheide mich leicht und rechtzeitig ↔ Ich schiebe endlos auf (bis es zu spät ist)
- Ich wähle mit Leichtigkeit ↔ Ich wäge endlos ab

Pyscho-Kin.: Ablehnung

unentschlossen / verbittert / verschlossen / Selbstmitleid / nachtragend

Metaphern:

- Jemandem kommt die Galle hoch
- Jemandem läuft die Galle über
- Gift und Galle spucken

Leber

Körper:
- Organ: Leber
- Der Lebermeridian hat die größte Verbindung zur Verdauungs- und Stoffwechselarbeit.
- Stärkung der körpereigenen Abwehr, unterstützt die Entgiftungsfunktion der Leber.
- Genügsam und gesund ernähren/ evtl. entgiften.

Themen:
- Transformation körperlich/geistiger.
- Traurig und niedergeschlagen sein.
- Depressive Grundstimmung.
- Negative Selbstgespräche (vermeiden).
- Umwandlung: Nahrung in Energie, Information in Wissen.
- Wachstum: körperlich / geistiges.
- Bin ich glücklich? Denke ich gute, kraftvolle Gedanken?
- Ideenreichtum.
- Konkrete Zielsetzung.
- Entgiftung in jeder Hinsicht.
- Zorn und Ärger nicht so oft aufkommen/ überhand nehmen lassen.
- Zwischenmenschliche Kontakte pflegen.
- Besser als grübeln ist handeln.

Emotionen der 5 Elemente:
Rage, Zorn, Wut, beunruhigt, Groll, selbstgerechte Empörung, Verwandlung, unglücklich, glücklich, zufrieden.

Dennison: Verharren/ Verwandlung

Ich heiße Veränderungen, die entwicklungsfördernd und nützlich sind, in meinem Leben willkommen ↔ Ich möchte so bleiben, wie ich bin

Meridianthema: glücklich leben lernen

Diamond: Ich bin glücklich / Ich habe Glück / Ich bin fröhlich

Edu-K: Transformation / Widerstand auf Veränderungen

Ich handle zu meinem absoluten Wohle ↔ Ich sabotiere mein Wachstum / meine Pläne

Psycho-Kin.: Wut

Verzweiflung / mangelnde Anerkennung / Unzufriedenheit / Vermeiden von Problemen / irrational

Metaphern:
- Mir ist eine Laus über die Leber gelaufen
- Gelb / grün vor Eifersucht
- Wut im Bauch haben
- beleidigte Leberwurst

Lunge

Körper:

- Organ: Lungen
- Der Lungenmeridian bezieht sich auf Atmung, beeinflusst die Abwehrkräfte des Körpers.
- Steuert die Verwertung kosmischer Energie aus der Luft, teilt diese den anderen Meridianen zu.

Themen:

- Trauer, Kummer, Stolz, Abgrenzung, (In) Toleranz, Heiterkeit, fröhliches Wesen.
- Stolz sein auf eine gemeisterte Situation.
- Offen und tolerant sein.
- Singen, summen, lachen.
- Achtung vor schwarz - weiß - Malerei (schlecht für Geist und zwischenmenschliche Beziehung). Zulassen, dass Vergangenes geschah.
- Trauern, indem man den Schmerz solange annimmt, bis er sich auflöst.
- Entscheidung von Menschen, die aus dem eigenen Leben schieden, akzeptieren.
- Sich in die Gegenwart wagen.
- Sich an dem freuen was jetzt ist.

Emotionen der 5 Elemente:

Vergnügt, deprimiert, falscher Stolz, hochmütig, Demut/Bescheidenheit, Spott/Verachtung, Geringschätzung, Vorurteil, (In) Toleranz, Reue

Meridianthema: Offenheit und Toleranz lernen

Dennison: Stolz, Scham/ Wertschätzung

- Ich stehe in Ehrfurcht und Demut vor dem Wunder und der Schönheit des Universums

↳ Ich weiß bereits alles, was ich wissen soll
Niemand kann mir irgendetwas beibringen

Diamond: Ich bin demütig / Ich bin tolerant / Ich bin bescheiden

Edu-K:

Ich würdige mich ↔ Ich lehne meine Werte ab
Ich lebe meinen Werten gemäß
Ich schätze die Geschenke anderer ↔ Nur ich kann es richtig machen
Ich bin es wert zu leben ↔ Ich bin nichts wert

Psycho-Kin.: Chronischer Kummer

Traurigkeit / Sehnsucht / keine Lebenslust / "alles ist verboten" / Arroganz

Metaphern:

- Das verschlägt jemandem den Atem
- Jemandem bleibt die Luft weg
- Jemandem die Luft zum Atmen nehmen

Dickdarm

Körper:

- Organ: Dickdarm
- Der Dickdarmmeridian steht in Zusammenhang mit der Ausscheidung von Schlackestoffen und Giften sowie der Funktion aller Schleimhäute der Luftwege und des Darms.
- Ernährung, falsche: Entgiftung des Körpers erfolgt durch Ausschlag, Schnupfen, Mandelentzündung, generelle Schwäche des Immunsystems > Dickdarmmeridian geschwächt.

Themen:

- Fähigkeit des Loslassens, (zu viel) loslassen/ festhalten, sich von Überschüssigem trennen: materielle Dinge, geistige und seelische Altlasten, überholte Denkmuster, Erinnerungen
- sich selbst nur das Beste wert sein.
- Selbstwert und Schuld, Barmherzigkeit, Gnade.
- Frischen Wind in Gedanken und Umgebung bringen.
- Barmherzig mit sich selbst sein. Bewertungen und Vorurteile loslassen.
- Neues zulassen.
- Sich trauen statt zu trauern!

Emotionen der 5 Elemente:
Schuld, Kummer, Bedauern, Befreiung, Selbstwert, Begeisterung, Depression, Loslassen, Gleichgültigkeit, (un)barmherzig, Apathie

Meridianthema: loslassen und akzeptieren lernen

Dennison: Festhalten / Loslassen

- Ich löse mich freudig von meiner Vergangenheit, um Veränderungen Raum zu schaffen
- ↳ Ich halte verzweifelt an allem fest, was ich nicht mehr brauche,
  Ich klammere mich an Vergangenes / Überflüssiges

Diamond:

- Ich bin von Grund auf rein und gut
- Ich bin es wert geliebt zu werden

Edu-K: Festhalten / Loslassen, Selbstwert

- Ich schätze und würdige meine Möglichkeiten und setze sie sinnvoll ein
- ↳ Ich missbrauche meine natürlichen Ressourcen
- Ich folge dem Fluss des Lebens
- ↳ stemme mich gegen den Fluss des Lebens, ich muss kontrollieren

Psycho-Kin.: Dogmatismus

überkritisch / -kontrolliert / Zynismus / Überlebensangst / perfektionistisch / besitzergreifend

Metaphern:

- Jemand ist ein Schleimer
- Schiss haben
- Verstopft sein
- Vor Angst in die Hose machen