

Die übergeordneten Themen der Meridiane:

Lungenmeridian:

Austausch und Kontakt

Dickdarmmeridian:

Kraft und Kompetenz

Magenmeridian: Aufnehmen und Annehmen von Dingen, die von außen kommen

Milz-Pankreas-Meridian:

„bei sich sein“

Herzmeridian: Mitgefühl

Dünndarmmeridian:

Integrieren und Verstehen

Blasenmeridian: Loslassen

Nierenmeridian: „Ich und du“

Kreislauf-Sexus Meridian:

die persönliche Ausstrahlung

Dreifacher Erwärmer-Meridian:

das Wesen des Menschen, das Wesentliche

Gallenblasenmeridian:

Klarheit und Vernunft

Lebermeridian:

Körperlichkeit und Kraft

Polarity Meridiantherapie

Die Vorteile:

- Stärkung der Selbstheilungsfähigkeiten
- Erarbeitung individueller Inhalte und Ergebnisse
- Selbsthilfe ohne Vorkenntnisse über die Meridiane und deren Verlauf

Mehr Informationen:

www.polarity-now.de/meridiane1.htm

Nicolai Jürgensen,

- Lehrer für TeschlerPolarity mit Ausbildung in Polarity Meridiantherapie
- Supervisor und Körpertherapeut
- arbeitet mit Gruppen / Klienten in Hamburg und Umgebung

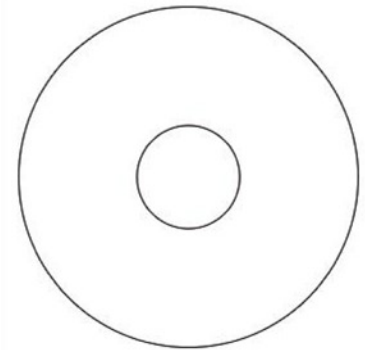
Kontakt: Nicolai Jürgensen
Eppendorfer Landstraße 95
20249 Hamburg

Tel. 040 / 5480 3893

Mail: info@polarity-now.de

Steig ein in deine Meridianenergie

Polarity Meridiantherapie: Übungen zur Stärkung der Meridianenergie und zur Lösung von Blockierungen



Nicolai Jürgensen

polarity-now.de

Polarity Meridiantherapie

Meridiane sind Energiebahnen, die im menschlichen Körper verlaufen. In ihnen fließt die Lebensenergie.

Mit den Übungen der Polarity Meridiantherapie kann man direkt in die Energie der Meridians einsteigen. Die genaue Kenntnis der Meridianverläufe ist nicht notwendig.

Das zeichnet die Methode aus:

- Effektivität und Nachhaltigkeit
- Einfachheit in der Anwendung
- Vielseitigkeit: „eben mal kurz“ oder „tiefgehend, lösend und wohltuend“
- Ganzheitlichkeit: die Übungen erreichen Körper, Geist und Seele
- Stärkung der Selbstheilungsfähigkeit

Die Übungen bewirken die Lösung von Blockaden und Anregung der Meridianenergie, so dass diese wieder kräftig und ausgeglichen fließen kann.

Die Methode wurde von Wilfried Teschler entwickelt.

* * *

Meridian-Info

Es gibt zwölf Hauptmeridiane. Jeder von ihnen ist nach einem Organ benannt und hat Themen auf der psychischen, mentalen oder biologischen Ebene.

Zur Polarity Meridiantherapie gehören

- Körperübungen,
- Meridianmassagen und
- Mentalübungen.

Außer den Hauptmeridianen kennen wir auch den Thymus. Er versorgt den Menschen als Ganzes mit Energie, also auch alle Meridiane.

Die Polarity Meridiantherapie wirkt auf der Basis unserer Körperenergie. Sie ist ein Ausdruck für Inhalte, die körperlich, psychisch oder mental wahrgenommen werden können. Die Energie des Menschen schließt seinen gesamten Zustand und seine Lebensverhältnisse mit ein.

Die Übungen sprechen immer genau die individuellen Inhalte an, die für den Übenden im Rahmen der Meridian-Themen wesentlich und erreichbar sind.

z.B. der Magenmeridian

Übergeordnete Themenbereiche:

- Annehmen und Aufnehmen von Dingen, die von außen kommen
- Regeneration

Körperliche Entsprechungen:

- Magen, Mund, Speiseröhre

im negative Zustand z.B.

- Magenkrankheiten und -schmerzen, Essstörungen, Magenbeschwerden
- Stress, Hektik, Unruhe, Ekel

Die Übende nimmt die Ausgangshaltung des Meridians ein. In der Haltung wird die Energie des Magenmeridians aktiviert.



Übung zum Magenmeridian

Die Übende lässt eine Bewegung entstehen. Der Verlauf der Bewegung ist frei – die Übende folgt der Bewegung, so lange sie dauert. Die Bewegung endet, indem sie von selbst zu einem Schluss kommt oder wenn die Anwenderin aufhören möchte. Danach lässt man die Wirkung in Ruhe ausklingen.