

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1	6	Herz-Meridian	59
1.1	Einführung	1	6.1	Am Brustkorb	60
1.1.1	Meridiane sind Räume, keine Linien	1	6.2	An Hals und Kopf	61
1.1.2	Theoriebildung und erlebte Wirklichkeit	2	6.3	An Armen und Händen	61
1.1.3	Die Wahrnehmung des Energetischen	2	6.4	Am Bein	64
1.1.4	Anstiftung zum Erleben	2			
1.2	Ein Meridian – was ist das?	3	7	Dünndarm-Meridian	67
1.2.1	Die kommunizierende Ebene	3	7.1	An Schulter und Kopf	68
1.2.2	Tiefe und Weite des Meridians	4	7.2	Am Arm	70
1.2.3	Kyo und Jitsu – Landschaft eines Meridians	5	7.3	An Rücken und Gesäß	73
1.2.4	Übungen um die Weite zu fördern	6	7.4	An den Beinen	75
1.3	Arbeit mit energetischen Organen	9	7.5	Alternativer Verlauf von Dünndarm am Bein	78
1.3.1	Die Beziehung zwischen energetischem Organ und Meridian	9	8	Blasen-Meridian	79
1.3.2	Welche Möglichkeiten bietet das erweiterte Meridiansystem dem Körperarbeiter?	9	8.1	An Kopf und Nacken	80
1.3.3	Tsubo und Flussrichtung	10	8.2	An Schulter und Arm	82
1.3.4	Der Prozess der energetischen Einschätzung	11	8.3	An Rücken und Becken: Seiki Sei Sen und Blase I	84
1.3.5	Ein Beispiel aus der Praxis	12	8.4	Blase I an den Beinen	87
			8.5	Blase II an Rücken, Becken und Oberschenkel	90
2	Lungen-Meridian	15	9	Nieren-Meridian	93
2.1	Am Brustkorb	16	9.1	Auf der Vorderseite des Körpers	94
2.2	An Schulter und Arm	17	9.2	Am Arm und Handgelenk	96
2.3	An der Vorderseite des Halses	20	9.3	Auf der Körperrückseite	97
2.4	An Gesäß und Beinen	21			
2.5	Alternativer Verlauf von Lunge am Bein	25	10	Perikard-Meridian	103
			10.1	An Brustkorb und Hals	104
			10.2	Am Arm	106
			10.3	Am Bein	109
3	Dickdarm-Meridian	27	11	Dreifacher-Erwärmer-Meridian	113
3.1	An der Vorderseite des Rumpfes	28	11.1	An der Schulter	114
3.2	An Schulter, Hals und Kopf	29	11.2	An Nacken und Kopf	115
3.3	Am Arm	30	11.3	Am Rumpf	116
3.4	An Becken und Bein	33	11.4	Am Bein	118
			11.5	An den Armen	121
4	Magen-Meridian	37	12	Gallenblasen-Meridian	125
4.1	An der Vorderseite des Rumpfes	38	12.1	Am Kopf	126
4.2	An Hals und Kopf	39	12.2	An Schulter und Rumpf	128
4.3	An Schulter und Arm	41	12.3	An Bein und Fuß	131
4.4	Vom Hara in die Beine	44	12.4	Am Arm	134
5	Milz-Pankreas-Meridian	49	13	Leber-Meridian	137
5.1	An Hara und Brustkorb	50	13.1	An Hara, Brustkorb und Hals	138
5.2	An Hals und Kopf	52	13.2	Am Arm	141
5.3	Am Arm	53	13.3	An den Beinen	144
5.4	An Leiste und Beinen	56			

X Inhaltsverzeichnis

14	Konzeptionsgefäß	147	16	Meridianverläufe auf der Schulter und an vier großen Körpergelenken	157
14.1	Vorüberlegungen	148	16.1	Meridiane auf der Schulter	157
14.2	Am Beckenboden	148	16.1.1	Orientierungspunkte	157
14.3	Am Bauch	149	16.1.2	Meridianverläufe von vorne nach hinten	157
14.4	An Brustkorb, Hals und Gesicht	150	16.2	Die 12 Meridiane am Ellenbogen	160
15	Lenkergefäß	151	16.3	Die 12 Meridiane am Handgelenk	162
15.1	Vorbemerkung	152	16.4	Die 12 Meridiane am Kniegelenk	165
15.2	Am Beckenboden	153	16.5	Die 12 Meridiane am Fußgelenk	169
15.3	An Becken und Rücken	153	17	Die Meridiane im Querschnitt des Halses, des Thorax und der Extremitäten	174
15.4	An Nacken und Kopf	154		Register	181