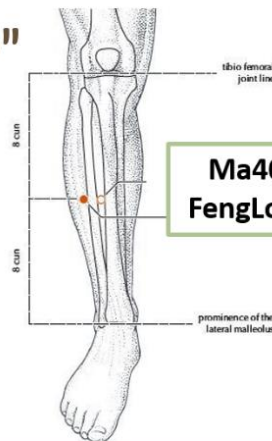


Om overvloed echt te ervaren zijn een paar dingen nodig; niet alleen een volle maag, maar een tevredenheid die dieper gaat dan dat.

Daar heb je een punt...

**MAAG 40:
"ERVAAR DE
OVER-
VLOED"**



Het punt Maag 40, FengLong, helpt je om ervoor te zorgen dat je ook echt een fysiek tevreden gevoel kan krijgen na het eten. Zonder opgeblazen gevoel, oprispingen of pijn. Chinees gezegd helpt dit punt bij de taak van de Maag om de qi in de juiste richting te laten stromen en te verteren. Dit punt maakt ook de verbinding met zijn 'partner' de Milt meridiaan waardoor het het Aarde element in balans brengt. En het is met name ook een zeer krachtig punt tegen Damp. Damp kun je een beetje vergelijken met een mistbank; wanneer je daar inrijdt vertraagt alles en wordt vochtig en koud. Wanneer het langer bestaat wordt het slijmerig en plakkerig. In je lichaam kun je Damp o.a. herkennen aan verkoudheid, slijm in je longen, cystes, vetbultjes allerlei menstruele klachten en een algemeen gevoel van zwaarheid, traagheid en niet meer helder kunnen denken. Wat zo mooi is aan de Chinese geneeskunde is dat fysieke klachten, maar ook de werking van de punten worden gekoppeld aan het mentale stuk. Dit punt is een prachtig voorbeeld hiervan. Voor het écht ervaren van overvloed heb je namelijk de helderheid en de energie nodig om te herkennen dat het leven zélf ons zo veel te bieden heeft; de pracht, overvloed en veerkracht van de natuur, verbondenheid met familie en vrienden, de liefde die we mogen voelen, de dankbaarheid voor het leven zelf.

Wil je met dit punt aan de slag, dan vind je het halverwege tussen je knie en enkelbot aan de buitenkant (laterale kant) van je been, in een (pijnlijk) kuiltje zo'n 2 vingers vanaf je scheenbeen. Druk/draai het punt zo'n twee minuten per keer op allebei je benen.

NB: heb je veel last van bovenstaande klachten, dan is het drukken van één punt uiteraard niet afdoende. Vraag dan bij mij, of je (Chinees werkende) therapeut wat je nog meer zelf kan doen en laat het behandelen zodat je (weer) een krachtige vertering krijgt.