



Energie Tiendaagse

Doe mee en versterk je innerlijk licht in zomer en winter!

DAG 10!

Welkom bij Dag 10!

Als je na een operatie of ongeval niet meer alles kunt doen zoals je dat vroeger gewend was, heb je te maken met een beperking in de Lichamelijke Energie. Dit kan voor frustratie of verdriet zorgen, maar het kan ook dat je dankbaar bent voor de dingen die je nog wel kunt, en een nieuwe invulling vindt voor je leven. Soms heb je hulp nodig en tijd is hier ook een belangrijke factor bij. Want als je de tijd neemt om te wennen aan je nieuwe situatie, dan ontstaat er ook ruimte om te zien wat je nog wel kunt, en waar je aanpassingen moet maken.

Lichamelijke Energie

Lichamelijke Energie wordt net als je Fysieke energie gevormd door alle organen en orgaansystemen. Het is dat waarvoor we naar onze huisarts gaan als we klachten hebben.

Lichamelijke Energie geeft een beperking aan, doordat je bijvoorbeeld geopereerd bent of een ongeluk hebt gehad, of giftige middelen hebt gehad waardoor je niet meer voor de volle 100% beschikt over al je organen en of orgaansystemen. Het geeft dus een limiet van ons kunnen weer.

Element

Alle Yin vind je hierin terug. Yin staat voor compact, stevig, fundament. Voor langzaam en gestaag.
Nog even wat algemene acupunctuur:

De functie van de organen en mogelijke disharmonieën weet de oosterse geneeskunde via Meridianen en punten te beïnvloeden. In de oosterse denkwijze had men al eerder een intuïtief begrip van de stroming van subtiele energieën in het lichaam. Onder invloed van het daoïsme
9Het **taoïsme**, **daoïsme** of geschreven als **tauïsme** (uitgesproken als [daauw-is-me]) is een Chinese filosofische en religieuze stroming. Het taoïsme gaat over hoe te handelen in het leven) vatte men het lichaam als landschap op, een innerlijk landschap. In het lichaam verdicht zich de natuur.

In dit landschap van het menselijk lichaam stroomt Qi als water door rivieren en doordrenkt de twaalf organen. Meridianen zijn rivieren van qi in het menselijk landschap. De punten op de meridianen zijn meer dan locaties op de huid alleen.



Letterlijk betekent het Chinese woord voor acupunctuurpunt (xue, spreek uit: sjuuwe): holte, grot of graf en grafkamer. Het waren plaatsen in het landschap die bij uitstek geschikt waren om een dode te begraven. Op die plaatsen was de energie van de aarde in harmonie met de Qi van de Hemel en kon de energie van de dode onbelemmerd naar Hemel en Aarde overgaan.

Zo kan ook op acupunctuurpunten de energie gemakkelijk in- en uittreden. Vaak verwijzen de namen van acupunctuurpunten naar landschappelijke elementen. Bijvoorbeeld wat wij gemakshalve Dunne darm 3 noemen, heet in het Chinees: hou xi (spreek uit: hoo sje). Dat betekent: achter een ravijn. Zhao hai (spreek uit: dzjauw haai), dat wij Nier 6 noemen, betekent: weerkaatsend licht op zee. Ran gu (spreek uit: ran koe), Nier 2, betekent: brandende vallei.

Het selecteren van punten tijdens een acupunctuurbehandeling is als het ware een geomantisch proces. De punten op de meridianen kunnen de stroom van vitale energie door het lichaam en daardoor ook ziekteprocessen beïnvloeden.

Meridiaan

Het Conceptie Vat. Dit bevat alle alarmpunten van alle andere meridianen. Het Conceptievat (ook wel Functionele kanaal genoemd), bevindt zich aan de Yin-zijde van het lichaam, daar waar de huid zachter en kwetsbaarder is. De zes yin meridianen, Long-, Milt-, Hart-, Nier-, Hartgouverneur en Lever-meridiaan, worden door het Conceptievat gevoed. Energie die door het Yin-kanaal stroomt, zorgt voor het in stand houden van de vorm, zorgt ervoor dat je organen, weefsels, botten en huid, de goede vorm behouden.

De tong vormt de switch tussen yin en yang kanaal.

Emotie

Een behoudendheid, naar binnen gericht gedrag, overleven.

Orgaan

Alle organen en orgaan systemen die we kennen zien we hierin terug.

Wrijf eens krachtig met de tongpunt over het verhemelte vanaf de plek *nét* achter de voortanden tot aan het zachte gedeelte van het verhemelte — de huig en weer terug. Voel of er een bepaald plekje is waar je meer “ervaart”, waar meer “lading” is. Daar leg je je tongpunt iets opgekruld tegenaan, of er *nét* onder, zodat er een kleine loze “magnetisch geladen” ruimte ontstaat. Kijk wat je prettig vindt, er tegenaan of er net onder. Nu kan de energie heel gemakkelijk van Yang naar Yin stromen

Voeding

Vandaag geen recept maar een voedingssupplementenadvies, om tekorten snel aan te vullen:
Balanced B&C van orthica, en IJzer-25 van orthica.

Zintuigen

De huid.

Verwen jezelf met een uurtje heerlijk in bad. Of ga naar een stoombad of bubbelbad. Of neem een voetenbadje, met een grote schep zeezout.

Goedstromende of stagnerende Weerstand Energie

Je bent naar alle omstandigheden tevreden. Er zit toch niet meer in. Maar raak je somber dan heb je het steeds over hoe je vroeger was en wat je toen allemaal kon doen.

Energie bewegingspunt van vandaag:

<https://youtu.be/yr2I3PzcaTY>

Dokter Wil de Jong

Brinkseweg 41 | 3971 VA Driebergen | telefoon 0343-53 24 05

www. dokterdejong.nl | email: info@dokterdejong.nl