

# Reissverschluss zu

---

Im menschlichen Energiesystem gibt es zwei sehr wichtige Energieleitbahnen: Der Meridian „Zentral“ vorne und „Gouverneur“ hinten. Sie verlaufen genau in der Körpermitte im Fluss von unten nach oben. Diese beiden „Stromleitungen“ kann man sich als energetisches „Dach“ im Körper vorstellen, den anderen 12 Meridianen übergeordnet. Ihre Endpunkte befinden sich unterhalb (Zentral) und oberhalb (Gouverneur) den Lippen. (Beim Küssen treffen sich also vier Meridiane und bilden ein Relais – deshalb „funkt“ es gerne...)

Der vordere Meridian „Zentral“ wird auch „aufnehmende Leitbahn“ oder „Konzeptionsgefäss“ genannt. Er steht in Zusammenhang mit der Fähigkeit, **Dinge leicht annehmen** zu können, verbessert die **Informations- und Nährstoffaufnahme** sowie die **Koordination** und das **energetische Gleichgewicht**. Der letzte Akupunkturpunkt auf diesem Meridian liegt unterhalb den Lippen und heisst auf Chinesisch sinngemäss: Punkt, der die Flüssigkeiten aufnimmt. Wenn es uns zum Beispiel Mühe macht, Wasser zu trinken, kann das Hochfahren der Mittellinie und das Halten des Endpunktes unterhalb der Lippen gut helfen, dies leichter zu tun.

Auch die **geistige Aufnahme** und **Akzeptanz** der Dinge kann durch die Verstärkung dieses Meridians gefördert werden.

→ Wir fahren dazu ganz einfach der Körpermitte entlang hoch, vom Schambeinknochen nach oben bis zu den Lippen. Diese Bewegung kann mit den Fingerspitzen, mit oder ohne Berührung, mehrmals gestrichen werden, als würde man den Reissverschluss hochziehen.

Achtung: Darauf achten, dass die Hand nach dem Hochfahren nicht an gleicher Stelle, sondern seitlich des Körpers wieder nach unten geht. Andernfalls würde man sich den „elektrischen Reissverschluss“ dauernd auf und zu machen, was für das Energiesystem anstrengend ist.

Diesen „energetischen Reissverschluss“ hochziehen kann man sich täglich mehrmals zu Gute tun. Sicher sinnvoll ist dies nach jedem Öffnen eines Reissverschlusses und zur Stabilisierung der Körperenergie nach nahem Kontakt mit Elektrosmog wie z.B. Kochen, Haareföhnen oder Natel-Telefonieren.

Besonders angezeigt ist diese kinesiologische Übung bei Niedergeschlagenheit, Missmut und vornüber gebeugter Haltung. Sie ermöglicht grundsätzlich eine bessere Energie, um wieder vorwärts zu schauen mit mehr Selbstvertrauen und Ausstrahlung. Aldis Jaspers, Kinesiologin, beschreibt in ihrem Buch über die Bedeutung der Meridiane sehr treffend das Ziel des Zentralgefässes:

*„Ich bin fähig mit erhobenem Haupt und innerer Sicherheit meinen Weg zu gehen.“*