

Betekenis der meridianen, gevolgd door een positieve en een negatieve affirmatie.

MAAG meridiaan

TEVREDEN - ONTEVREDEN

- Ik ben tevreden en gezegend met wie ik ben en met wat ik ben.
- Aan mijn behoefte wordt nooit voldaan, materieel of immaterieel.

MILT meridiaan

OVERDREVEN ZORG

- Ik kan me ontspannen en van het leven genieten.
- Ik kan niet leven zonder me zorgen te maken.

LONG meridiaan

TROTS - ONZICHTBAAR

- Ik neem met plezier mijn eigen ruimte in.
- Ik kan niet vrij ademhalen.

DIKKE DARM meridiaan

LOSLATEN - VASTHOUDEN

- Ik laat het verleden los en maak ruimte voor nieuwe inzichten.
- Ik houd alles vast, ook al heb ik niet meer nodig, ook al is het niet goed voor mij.

NIER meridiaan

ANGST - VREUGDE

- Ik vind het heerlijk om te leven en te leren van mijn fouten.
- Ik ben bang om te leven en om risico's te dragen, die nodig zijn om te leven.

BLAAS meridiaan

INNERLIJKE RICHTING

- Ik heb controle over mijn leven.
- Ik word gemanipuleerd door mensen en machten, die sterker zijn dan ik.

LEVER meridiaan

VERANDERING, TRANSFORMATIE

- Ik ben blij met verandering in mijn leven; daar groei ik van.
- Ik ben bang voor veranderingen in mijn leven; alles moet bij het oude blijven.

GALBLAAS meridiaan

KEUZES MAKEN

- Ik kan e keuzes maken die goed zijn voor mijn eigen welzijn en het welzijn van het geheel.
- Ik kan niet kiezen voor mijn eigen welzijn.

HART meridiaan

ONVOORWAARDELIJKE LIEFDE

- Ik ken mezelf en heb mezelf lief met mijn positieve en negatieve kanten.
- Ik ben een vreemde voor mezelf. Ik haat wat ik doe.

DUNNE DARM meridiaan

OPNEMEN

- Ik kan overal van leren en maak daarin de juiste keuzes voor mijzelf.
- Ik blokkeer mijn leerervaring en leervermogen.

CIRCULATIE meridiaan

VERGEVING

- Ik vergeef iedereen die zich niet goed ten opzichte van mij heeft gedragen en ik draag verantwoordelijkheid voor mijn eigen groei.
- De anderen zijn de schuld van alles wat er met mij fout gaat.

DRIEVOUDIGE VERWARMER meridiaan

BALANS - ONBALANS

- Ik ben in harmonie met het leven.
- Ik ken geen harmonie, mij gebeurt nooit iets goeds.

