

## Het gebruik van

# Flow Line Massage

## om de relevante acupressuurpunten uit te vinden

Door Wayne Topping, PhD, LMP, vertaald door Jeroen van Hasselt, Hof van Axen

### Doel

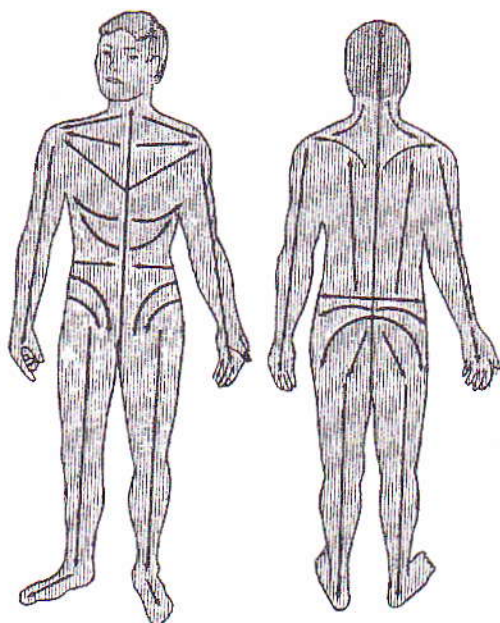
De Flow Line massagetechniek van Biokinesiologie vormt een gemakkelijke manier om vast te stellen welke acupressuurpunten het meest geschikt zijn om het lichaam te balanceren.

We zullen acupressuurpunten leren toepassen om afkickverschijnselen te voorkomen bij het stoppen met roken.

### Inleiding

John Barton beschreef in één van zijn eerste boeken, Flow Lines to Health (1977), nu getiteld Take Care of Yourself Naturally (Biokinesiologie Institute, 1984), zijn ontdekking dat ieder kinetisch weefsel (weefsel van het bewegingsapparaat, zoals spier, pees, ligament, fascie of aponeurose) gebalanceerd kan worden door stevige massage langs het weefsel van oorsprong tot aanhechting. Massage van voet- of handreflexen gaat bijvoorbeeld van benen of armen in de richting van de tenen of vingers (figuur 1). Hij paste dit toe als correctiemethode.

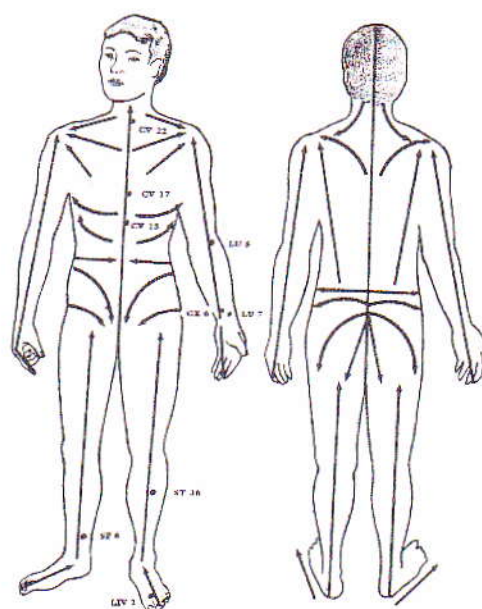
Barton kwam er ook achter dat kinetisch weefsel en acupressuurpunten tijdelijk aangezet of geactiveerd kan worden door lichte druk. De behandelaar strijkt lichtjes over de huid ter plaatse van het weefsel, van oorsprong naar aanhechting op het hoofd en torso, en richting vingers en tenen op de handpalm en voetzool. Daarentegen gaat al het strijken aan hand- en voetrug en op de armen en benen, richting schouders en heupen, d.w.z. van aanhechting naar oorsprong. (figuur 2). Lichtjes strijken in deze richting schakelt het weefsel, handrug- of voetrugreflex, of acupressuurpunt tijdelijk in. Tappen op hetzelfde reflexpunt, of lichtjes strijken in de andere richting, veroorzaakt opnieuw de onbalans of brengt het terug naar de vorige toestand.



Figuur 1: Diepe flowline massage

**Let op!** Er is een verschil van massagerichting in armen en benen t.o.v. figuur 2: lichte flowline massage.

(Uit: Take Care of Yourself Naturally van het Biokinesiologie Institute)



Figuur 2: Lichte flowline massage

(Uit: Take Care of Yourself Naturally van het Biokinesiologie Institute, uitgebreid met acupressuurpunten)



**Tabel 1: Acupressuurpunten voor het voorkomen van afkickverschijnselen**

CV15	Op de middenlijn van het lichaam, direct onder het borstbeen (sternum)
CV17	Midden op het sternum tussen de tepels (moet voor gecompenseerd worden bij volwassen vrouwen)
CV22	Op de middenlijn in het kuiltje boven het borstbeen
CX6	Twee duimbreedtes boven de diepste plooi van de binnenkant van de pols, op één lijn met de middelvinger
LV3	Twee duimbreedtes boven de ruimte tussen de grote teen en de tweede teen, op de voetrug
LO5	In de plooi van de elleboog aan de radiale kant van de pees van de biceps brachii; buig de elleboog om de punten te vinden
LO7	Boven het processus styloideus van de radius, anderhalve duimbreedte boven de plooi van de pols. Als de wijsvingers en duimen van beide handen gekruist worden, zit het puntje in het deukje direct onder de top van de wijsvinger
MI6	Eén handbreedte boven de top van het binnenenkelbot, net achter het scheenbeen (tibia)
Ma36	Eén handbreedte onder de onderkant van de knieschijf, dan één duimbreedte richting de buitenkant van het been

### Toepassing: afkickverschijnselen verminderen

Er zijn zelfhulp acupressuurboeken die fysieke klachten beschrijven en dan per fysieke klacht veel acupunctuurpunten noemen die gemasseerd zouden kunnen worden teneinde de klacht te verminderen. Echter, door te werken met flowline massage kan uitgezocht worden welke acupressuurpunten echt invloed hebben op de klacht. Hieronder worden de acupressuurpunten genoemd die ingezet kunnen worden om afkickverschijnselen te verminderen die bij het stoppen met roken kunnen ontstaan.

Veel van de afkickverschijnselen die men kan ondervinden tijdens het stoppen met roken, kunnen verholpen of voorkomen worden door het stimuleren van acupressuurpunten gerelateerd aan de lever en andere spijsverteringsorganen. Er zijn negen punten die effectief zijn (Blate, 1976). Meestal zijn er echter slechts twee of drie nodig. Door het gebruik van flowline massage kunnen we achterhalen welke deze punten zijn.

- 1a. Voor de cliënt die afkickverschijnselen heeft: test de indicatorspieren van de centrale-, gouverneur- en twaalf reguliere meridianen en daag de neurolymfatische punten uit of gebruik de prioriteitsmode om te achterhalen welke mode prioriteit heeft.
- 1b. Als de cliënt nog rookt en geen afkickverschijnselen heeft: kun je de persoon zich voor laten stellen dat hij 24 uur geen sigaret heeft gehad, om kunstmatig de onbalansen van afkicken te veroorzaken. Achterhaal de prioritaire indicatorspier.
2. Test de prioritaire indicatorspier. Deze zou zwak moeten zijn. Strijk lichtjes over één van de

acupressuurpunten uit tabel 1 in de richting van de pijlen uit figuur 2: naar boven bij arm of been, en over het midden van het lichaam.

3. Test opnieuw de IS. Je kunt twee reacties vinden:
  - a. IS is sterk. Dit acupressuurpunt kan gebruikt worden om afkickverschijnselen te helpen voorkomen. Strijk in tegengestelde richting over het acupressuurpunt om de IS weer terug te brengen in de oorspronkelijke toestand. Ga door met stap 4.
  - b. IS is zwak. Dit acupressuurpunt helpt waarschijnlijk niet bij het verhelpen of voorkomen van afkickverschijnselen. Ga door met stap 4.
4. Herhaal stap 2 met elk van de andere acht acupressuurpunten tot je weet welke van de negen acupressuurpunten het beste zullen zijn voor je cliënt.
5. Masseer de relevante acupressuurpunten stevig, met een soort gravende beweging van de vingertop, gedurende 15-20 seconden. Deze stimulatie zou de cliënt moeten helpen afkickverschijnselen te voorkomen en/of reduceren.

#### Contra indicaties

Gebruik geen acupressuur wanneer je:

1. Zwanger bent, zeker rond de derde maand
2. Een chronische hartafwijking hebt, zeker wanneer je een pacemaker hebt
3. Regelmatig medicijnen gebruikt voor een ernstige aandoening zoals kanker of diabetes

4. Gebruik geen acupressuur binnen vier (4) uur na het gebruik van drugs, medicijnen, alcohol of andere bedwelmende middelen.
5. Masseer geen acupressuurpunt als het onder een litteken, moedervlek, wrat of andere ontsiering zit.

Wayne Topping  
2505 Cedarwood Av. Suite 3  
98225 Bellingham  
United States  
[www.wellnesskinesiology.com](http://www.wellnesskinesiology.com)  
[topping@wellnesskinesiology.com](mailto:topping@wellnesskinesiology.com)

Voor Nederland:  
[info@welkin.nl](mailto:info@welkin.nl) en [www.welkin.nl](http://www.welkin.nl)

#### Referenties

1. Biokinesiology Institute. Take Care of Yourself Naturally. USA, 1984.
2. Blate, Michael. The G-Jo Handbook: Finger-Pressure Techniques for Paramedical Use: Falkynor Books, Pembroke Pines, FL, 1976.
3. Chan, Pedro. Finger Acupressure. New York, NY: Ballantine Books, 1975.
4. Chan, Pedro. How to Free Yourself from Pain. Los Angeles, CA: Price, Stern and Sloan, 1982.
5. Topping, Wayne. Energy Centers. Bellingham, WA: Topping International Institute, Inc., 1992.
6. Topping, Wayne. "Using Flow Line Massage to Determine the Relevant Acupressure Points." Touch for Health International Journal, pp. 59-64, 1992.
7. Topping, Wayne. Overcoming Addictions. Bellingham, WA: Topping International Institute, Inc., 1997.
8. Topping, Wayne. Supplement for the Eight Extra Meridian Course. Bellingham, WA: Topping International Institute, Inc., 1998.