# WAS IST JIN SHIN JYUTSU?

Du fragst dich: „Was ist Jin Shin Jyutsu?" Die Antwort lautet: Es ist eine mehrere tausend Jahre alte Kunst zur Harmonisierung Deiner körpereigenen Lebensenergie. Durch Jin Shin Jyutsu können wir die Selbstheilungskräfte in uns aktivieren. Unser ganzer Körper ist durchzogen von Energiebahnen und Energiezentren. Gesundheit und Wohlbefinden sind vom freien Fluss dieser Energie abhängig.

## Woher kommt Jin Shin Jyutsu?

Jin Shin Jyutsu kommt ursprünglich aus Japan und wurde durch Mary Burmeister von dort aus nach Amerika gebracht. Mary verstand sich selbst nie als Meisterin, sondern vielmehr als unermüdliche Übersetzerin dieser Kunst vom asiatischen in unseren westlichen Kulturkreis. Jin Shin Jyutsu konzentriert sich nicht nur auf körperliche und psychische Symptome, sondern befasst sich mit Deinen Einstellungen: Sorge, Angst, Wut, Trauer und Bemühung. Indem Du diese immer wieder harmonisierst, hilfst Du Dir selbst dabei, ins Gleichgewicht zu kommen. Meine Selbsthilfekurse werden auch immer wieder von Reiki-Meistern besucht, die begeistert sind von der Wirkung und Einfachheit des Jin Shin Jyutsu.

## Wie funktioniert Jin Shin Jyutsu?

Jin Shin Jyutsu funktioniert, indem Du Deine Hände an bestimmten Stellen auf Deinen eigenen Körper legst. Alternativ legt der behandelnde Praktiker seine Hände auf den Körper seines Klienten. Bei Jin Shin Jyutsu handelt sich um uraltes Wissen, das jeder Mensch bereits instinktiv in sich trägt. Wir strömen uns im Alltag, ohne zu wissen, dass wir es tun. Wenn uns z. B. etwas nicht einfällt, greifen wir an unsere Stirn, an das SES 20, das Schloss des Erinnerns. Durch das Erlernen der Selbsthilfe kannst Du Dein bereits vorhandenes Wissen „aktivieren", das heißt ganz gezielt einsetzen.

## Jin Shin Jyutsu und die Körperfunktionsenergie

Jin Shin Jyutsu arbeitet mit 26 Sicherheitsenergieschlössern (SES) auf jeder Körperseite. Das sind Energiepunkte oder Energiezentren, die Deine Körperfunktionsenergie regulieren können. Jedes einzelne Energieschloss hat Einfluss auf den ganzen Menschen. Je nach Bedarf hältst Du eine ganz bestimmte Abfolge von Energiezentren und harmonisierst so Deinen Energiefluss. Dieses Halten nennen wir Strömen. Von diesem Begriff leitet sich auch das japanische Heilströmen ab, welches seine Urform im Jin Shin Jyutsu hat.