

Jin Shin Jyutsu

Jin Shin Jyutsu ist eine alte Kunst zur Harmonisierung der Lebensenergie im Körper und wird auch Physio-Philosophie genannt. Es ist eine intuitive Kunst aus innerer Weisheit und wurde von Generation zu Generation mündlich überliefert. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts belebte Meister Jiro Murai in Japan diese Kunst und gab sie an Mary Burmeister weiter, die sie in den 50er Jahren mit in die USA brachte.

Jin Shin Jyutsu fördert Gesundheit und Wohlbefinden, bringt Ausgeglichenheit in das Energiesystem des Körpers und stärkt die in uns allen vorhandene Selbstheilungskraft. Ängste beginnen sich aufzulösen, eine tiefe Entspannung wird bewirkt und die Auswirkungen von Stress vermindern sich.

Dabei arbeitet Jin Shin Jyutsu u. a. mit sechszwanzig „Sicherheits“-Energieschlössern, die innerhalb der Energiebahnen auf der rechten und linken Körperseite liegen. Bei Blockaden dieser Energiebahnen stagniert der Energiefluss in dem betreffenden Bereich oder bringt das gesamte Energieströmungsmuster durcheinander. Zum Ausbalancieren der Energieströme auf seelisch, körperlich und geistiger Ebene werden bestimmte Kombinationen von Energieschlössern gehalten.

Jin Shin Jyutsu kann hervorragend als Selbsthilfe angewandt werden oder durch einen ausgebildeten Praktiker. Diese sanfte Behandlungskunst wird ausgeübt, indem man die Fingerspitzen (über der Kleidung) auf bestimmte „Sicherheits“-Energieschlösser legt und damit den Energiefluss harmonisiert und wiederherstellt. Außerdem wird der Abbau von Spannungen und Stress, die sich in unserem täglichen Leben ansammeln, unterstützt.

Diese einfache und kraftvolle Methode steht jedem zur Verfügung, der aktiv zur Aufrechterhaltung seiner Gesundheit, Harmonie und seines Wohlbefindens beitragen möchte.