



Irene Lauretti-von Olnhausen

Jin Shin Jyutsu®

Die Kunst sich selbst zu heilen

„Der Mensch trägt in sich selbst alles, was zur Heilung erforderlich ist“

Mary Burmeister

Jin Shin Jyutsu – der Name, der viele zunächst an eine Kampfsportart erinnern mag, ist in Wirklichkeit die Bezeichnung für eine japanische Energieheilung, welche eine der wohl ältesten und seit längstem praktizierten Künste der Welt, nämlich der Kunst der Selbstheilung bzw. der Selbst-Erkennung, darstellt.

Übersetzt bedeutet Jin Shin Jyutsu (JSJ) von rechts nach links gelesen:

Die Kunst des Schöpfers durch
den mitfühlenden Menschen.

Die Wurzeln dieser Jahrtausende alten japanischen Energieheilung reichen zurück bis vor die Geburt von Moses und Buddha (japanisches Weisheitsbuch KOJIKI). Nachdem das Wissen über tausende von Jahren in mündlicher Überlieferung weitergegeben wurde, geriet es mit der Zeit immer mehr in Vergessenheit, bis es schließlich fast gänzlich verloren ging.

Jiro Murai

Die Wiederentdeckung dieser alten Heilkunst verdanken wir dem japanischen Arztsohn Jiro Murai, der im Jahre 1886 in Taishoomura (heute Kaga City) geboren wurde. Als er im Alter von 27 Jahren schwer erkrankte und von den Ärzten als „unheilbar“ bezeichnet worden war, ließ er sich von seiner Familie auf eine Berghütte bringen, wo er in der Schönheit und Einsamkeit der Berge bewusst die Verbindung zur spirituellen Quelle wieder aufnehmen wollte, um dann entweder in Frieden zu sterben oder aber als geheilt zu seiner Familie zurückkehren zu können. Diese bat er, in sieben Tagen wieder nach ihm zu sehen.

Während dieser sieben Tage fastete und meditierte Jiro und nahm dabei die Finger- und Handhaltungen der ihm bekannten Buddha-Statuen seines Landes ein. Instinktiv spürte Jiro Murai, dass jene acht Handhaltungen oder Mudras ihm helfen würden, wieder in Einklang mit den kosmischen Gesetzen der Harmonie zu kommen, der Grundvoraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden.

Während der ersten Tage wurde Jiro Murais Körper immer kälter – es schien, als würde er sehr bald sterben. Am siebten Tag jedoch erfüllte plötzlich eine große Hitze, ähnlich ei-

nem brennenden Feuer, seinen Körper, gefolgt von einem Zustand unendlichen Friedens. Jiro wusste, dass er geheilt war, und er war sich auch bewusst, dass die Heilung in Zusammenhang stand mit den acht geheimnisvollen Mudras der Buddha-Statuen. Unendlich dankbar über seine Heilung, gelobte Jiro sein Leben der Erforschung dieser Geheimnisse zu widmen.

Die darauf folgenden Studien führten Jiro Murai schließlich zu dem 712 v. Chr. verfassten japanischen Weisheitsbuch „Kojiki“, dessen Inhalt er entschlüsselte und als eine Interpretation des energetischen und physischen Körpers des Menschen mit seinen Energieströmen und Energieschlössern erkannte. Die Götter und Göttinnen dieses alten Weisheitsbuches repräsentieren dabei die 26, paarweise am Körper angeordneten „Sicherheits“-Energieschlösser, welche uns im JSJ mit dem immerwährenden Fluss der universellen Lebensenergie verbinden und unser Bewusstsein den universellen Gesetzen öffnen.

Während einer JSJ-Behandlung werden die Energieschlösser in bestimmten Kombinationen paarweise durch sanftes Auflegen der Hände „geöffnet“, wodurch energetische Blockaden beseitigt und der freie Fluss der Energieströme wieder hergestellt wird.

Mary Burmeister

Jiro Murais japanisch-amerikanische Schülerin Mary Burmeister, welche die Kunst des JSJ schließlich in den Westen brachte, erweiterte das Verständnis um die Bedeutung der Energieschlösser, indem sie Erklärungen von Pythagoras, dem Tarot, sowie Beispiele aus der Bibel und der Kabbala hinzufügte, da sie erkannte, dass die Bedeutungen der den Energieschlössern entsprechenden Zahlen

in all diesen Kulturen frappierende Ähnlichkeiten haben und wir es schlussendlich mit einer großen, universell gültigen Weisheit zu tun haben.

Jedes dieser 26 Energieschlösser hat eine bestimmte Bedeutung und kann uns, je nachdem, ob es bei Berührung schmerzhaft reagiert, oder aber sich „frei und durchlässig“ anfühlt, Aufschluss über den Zustand unseres Körpers sowie über mentale und geistige Blockaden geben.

Für mich als JSJ-Praktikerin ist es immer wieder faszinierend zu beobachten, wie z. B. unsere persönlichen Geburtszahlen und häufig auftretende Zahlen im Leben des Einzelnen (wie Hausnummer, Geburtszahlen von Familienangehörigen etc.) mit dem Zustand der entsprechenden Energieschlösser übereinstimmen und uns damit sogar konkrete Hinweise über Charakterzüge bzw. zu bewältigende Lebensaufgaben geben können. So wie bereits Pythagoras erkannte, dass „Zahlen geheimnisvolle Wesen sind, welche die Grundprinzipien der Schöpfung in sich bergen“, können auch wir durch die Anwendung von JSJ die Zahlen zu uns sprechen lassen und durch ihre Weisheit in vielerlei Hinsicht Aufschluss über mögliche Blockaden und Probleme im körperlichen Bereich, wie auch generell in unserem Leben, erhalten.

Die Energieströme

Jin Shin Jyutsu erkennt den Menschen als Teil einer großen universellen Einheit, welche durchdrungen ist von einer universellen Le-



Irene Lauretti-von Olnhausen

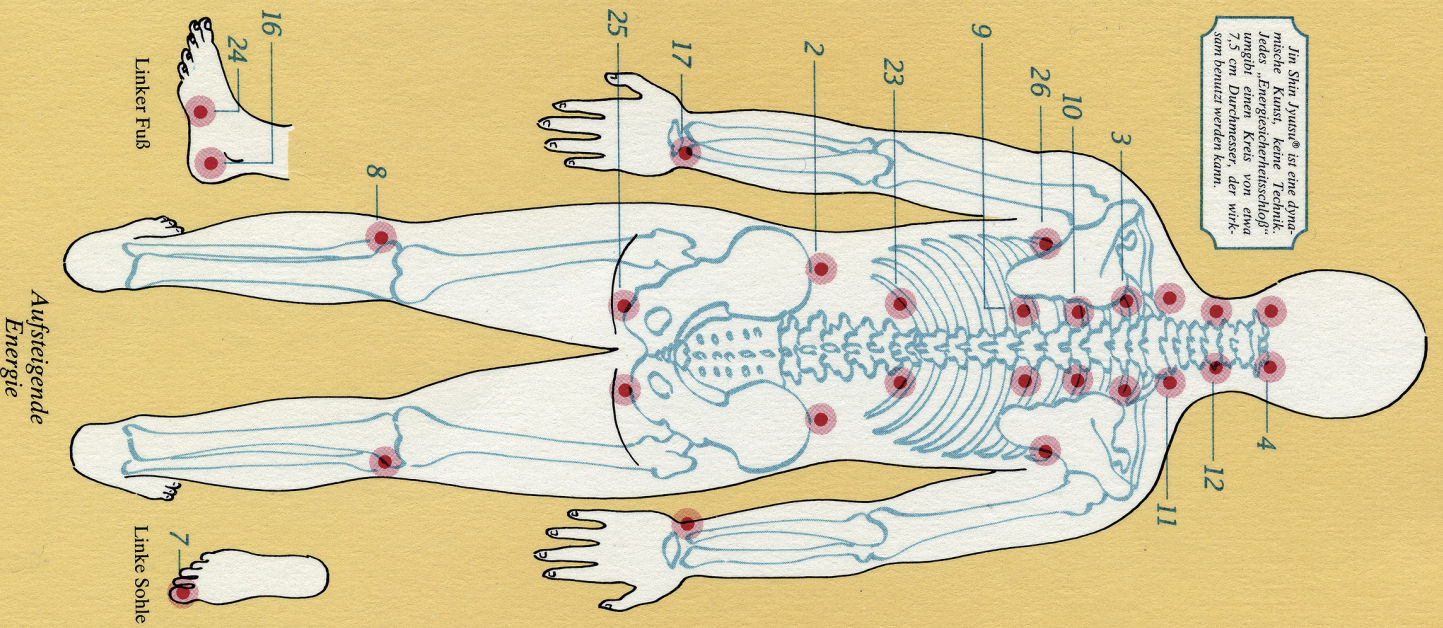
Nachdem sie ursprünglich Musik studiert hatte, wandte sie sich alsbald dem Studium verschiedener alternativer Heilkünste zu. Im Jahre 2000 wurde sie zu Jin Shin Jyutsu geführt. Begeistert von dem breiten Wirkungsspektrum und der tiefen Weisheit und Philosophie dieser alten Heilkunst, bildete sie sich zur JSJ-Praktikerin fort und bietet seit 2003 neben JSJ-Behandlungen auch JSJ-Selbsthilfekurse an. Zurzeit arbeitet sie an zwei Gesundheits- und Wellness-Büchern auf der Basis von Jin Shin Jyutsu, welche voraussichtlich im Jahre 2010 herausgegeben werden.

Kontakt:

Tel.: 07621 / 51149, Mobil: 0162 / 7284617
irenelvo@yahoo.de, www.itsallinyourfingers.com



Jin Shin Jyutsu® ist eine dynamische Kunst, keine Technik. Jedes „Energieerschließungsschloß“ umgibt einen Kreis von etwa 7,5 cm Durchmesser, der wirksam benutzt werden kann.



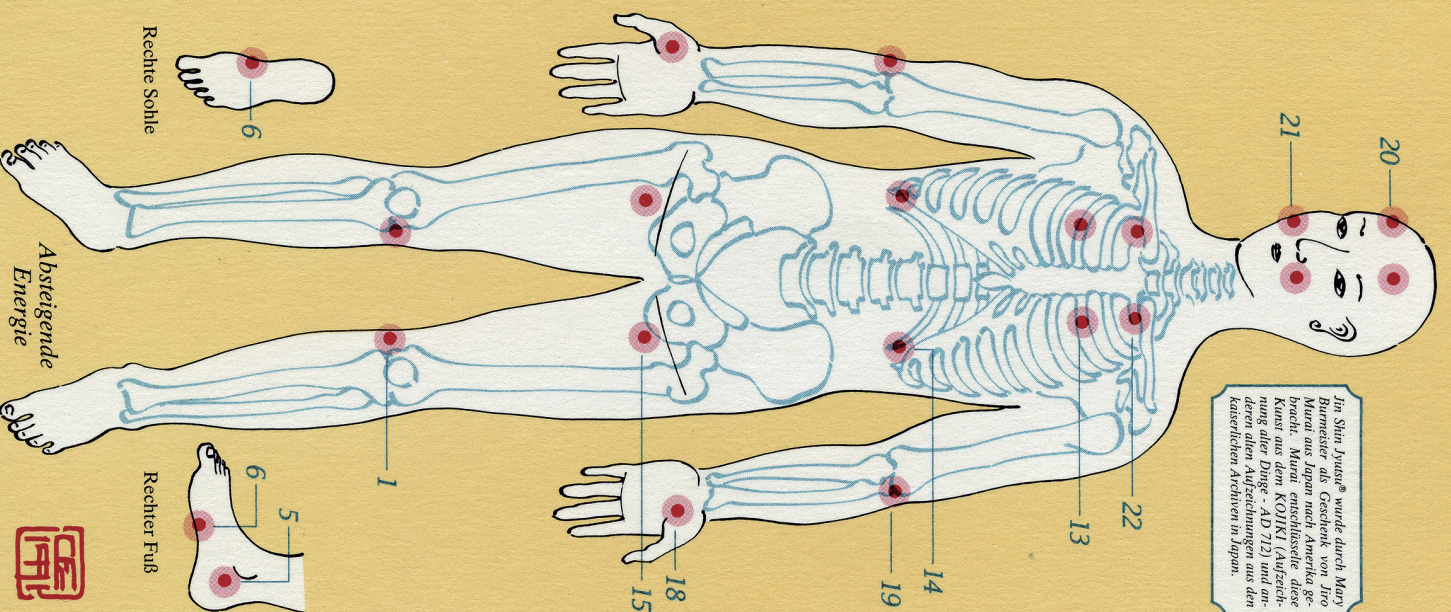
26
Energieschlösser

Jin Shin Jyutsu®
26 Energieschlösser

Angaben sind die Lage und Bedeutung der 26 Energieschlösser
des Jin Shin Jyutsu®. Sie liegen auf dem Strömungsmuster des Wichtigen Verketten, „Beirerstroms“.

- 1 Daumen Der Uhweger, extreme Höhe mit extremer Tiefe verbinden
- 2 Ringfinger Lebenskraft für alle Kreaturen, Weisheit
- 3 Mittelfinger Verständnis, „die Tür“, Abwehr gegen Probleme und Beschwerden
- 4 Ringfinger Messende Intelligenz, „das Fenster“
- 5 Zeigefinger Erneuerung; das Alte ablegen und das Neue annehmen
- 6 Mittelfinger Gleichgewicht, Unterscheidungsfähigkeit
- 7 Ringfinger „Sieg“, vollkommene Lebenskraft
- 8 Zeigefinger Rhythmus, Stärke, Frieden
- 9 Daumen Ende eines Zyklus ist der Anfang eines neuen; jedes Ende ist der Same eines neuen Anfangs
- 10 Zeigefinger Luft, das Ausströmen grenzenloser Lebenskraft
- 11 Zeigefinger Gerechtigkeit; Einladen überflüssigen Gepucks, die Nabe
- 12 Mittelfinger „Nicht mein Wille, sondern Dein Wille“, die Unterordnung des persönlichen Bewußtseins unter die Führung des universellen Geistes
- 13 Mittelfinger Fruchtbarkeit, „Liebe Deine Feinde“
- 14 Ringfinger Gleichgewicht, Nahrung
- 15 Kleiner Finger Freude und Lachen, „wasche unsere Herzen mit Lachen“
- 16 Daumen die Grundlage aller menschlichen Aktivitäten, Umwandlung; Aufbrechen bestehender Formen zugunsten neuer
- 17 Ringfinger Fortpflanzungsenergie, Entspannung von Verstand und Nerven
- 18 Kleiner Finger Körperbewußtsein; Funktionen, die die menschliche Persönlichkeit beeinflussen
- 19 Daumen Autorität und Führerschaft, vollkommenes Gleichgewicht
- 20 Kleiner Finger Immerwährend, Ewigkeit
- 21 Daumen Tiefe Sicherheit, Einkommen aus geistiger Gängigkeit
- 22 Zeigefinger Vollständigkeit, Sammlung und Zerstreung
- 23 Kleiner Finger Aufrechterhalten des einwandfreien Kreislaufs, Wächter des menschlichen Schicksals
- 24 Kleiner Finger Verständnis, Chaos harmonisieren
- 25 Mittelfinger stilles Erneuern
- 26 Handinnenfläche Vollständig (das was war, ist und sein wird)

Jin Shin Jyutsu® wurde durch Mary Burmeister als Geschenk von Jiro Murai aus Japan nach Amerika gebracht. Murai erschuf diese Kunst aus dem Kōjiki (Aufzeichnung der Dinge - Jahr 12) und den kaiserlichen Archiven in Japan.





bensenergie – dem Ki, und ihren Ursprung in ein und derselben Quelle hat. Der japanische Ausdruck Ki mag vielen bereits als chi oder qi (TCM), prana (Hindus) oder Mana (Kahunamagie) bekannt sein.

Jiro Murai erkannte, dass der menschliche Körper von einer Vielzahl von Energiekanälen oder Energieströmen (insgesamt 144.000) nach ganz bestimmten Gesetzmäßigkeiten durchflossen wird.

- Der wichtigste Strom ist hierbei der Hauptzentralstrom (HZS), der unmittelbar nach der Zeugung, genauer gesagt bei der Verschmelzung der weiblichen und männlichen Eizelle, seinen Ursprung nimmt. Aus dem HZS entspringen die so genannten Betreuerströme, welche jeweils die rechte und linke Körperseite „betreuen“ und auf deren Verlauf jeweils 26 Energieschlösser hervorgehen.
- Die Vermittlerströme, welche aus den Betreuerströmen hervorgehen, stellen das aktive, vermittelnde Prinzip im Menschen dar und lassen die zwölf Organströme des Menschen entstehen, welche neben der Bildung, Formung und Energieversorgung der menschlichen Organe noch zahlreiche weitere Funktionen haben.
- Die Organströme des JSJ entsprechen in etwa den Meridianen der TCM, gehen teilweise jedoch ein erhebliches Stück weiter und sind damit in ihrer Genauigkeit meines Erachtens den Meridianen überlegen. Ich spreche hier tatsächlich aus eigener Erfahrung, da ich im Zuge meiner eigenen Studien auf Grund einer durch JSJ erhöhten Sensibilisierung am eigenen Körper mehrfach den Verlauf der Energieströme mit den Meridianen verglich und feststellte, dass die von Jiro Murai überlieferten Energieströme den von mir wahrgenommenen Energieströmen exakt entsprechen.

Die sechs Tiefen

Wer mit Energie bzw. Schwingungen arbeitet, weiß, dass gesundheitliche Probleme oder „Krankheiten“, lediglich die manifestierte Form von Disharmonien oder Blockaden in den menschlichen Energiekörpern oder Schwingungsebenen darstellen. Im Jin Shin Jyutsu bezeichnen wir diese Schwingungsebenen als Tiefen. Die sechs Tiefen im JSJ entsprechen den Verdichtungsstufen der Einen Energie aus den unsichtbaren kosmischen Kräften bis hin zum manifestierten Körper. Jeder Tiefe wird jeweils ein Element, eine Farbe, ein Himmelskörper oder Planet, eine feinstoffliche Ebene, ein Sternzeichen, zwei Organströme, ein Geruch, eine Zahl, eine emotionale Einstellung, mehrere Energieschlösser, eine Himmelsrichtung, eine Jahreszeit etc. zugeordnet. Die sechste Tiefe bildet unsere persönliche Matrix oder Blaupause, welche alle Informationen und Muster oder Bausteine für unser Menschsein enthält.

Über das Tiefenmodell des JSJ haben wir die Möglichkeit, zu dem Ursprung oberflächlich auftretender Symptome zu gelangen und somit das „Übel“ an der Wurzel zu lösen. Nur so kann dauerhaft Heilung entstehen.

Die Arbeit mit den unterschiedlichen Schwingungs- und Bewusstseins-ebenen im JSJ ist vergleichbar mit dem Prinzip der unterschiedlich hohen Potenzen in der Homöopathie: die niedrigen, auch als organotrop bezeichneten Potenzen entsprechen der Ebene der Organströme, die mittleren, als funktiotrop bezeichneten Potenzen entsprechen den Strömen der Energieschlösser und Tiefen, und die höchsten, als personotrop bezeichneten Potenzen entsprechen im JSJ den oben erwähnten Dreieinigkeitsströmen (HZS, Betreuer, Vermittler). Der Hauptzentralstrom stellt daher das Fundament aller anderen Ströme dar und sollte möglichst täglich angewandt werden.

Die Abbildung 2 zeigt die zu berührenden Energiezentren für die Selbstanwendung des HZS. Legen Sie die rechte Hand auf die obere Mitte des Kopfes (R1) und die Finger der linken Hand auf die Stirnmitte zwischen den Augenbrauen (L1). Wenn Sie spüren, dass die Energie zu fließen beginnt, wandern Sie mit den Fingern der linken Hand nacheinander die Punkte bis L5 hinunter (die rechte Hand verbleibt auf R1). Verbleiben Sie jeweils einige Minuten. Wenn die linke Hand auf L5 an-

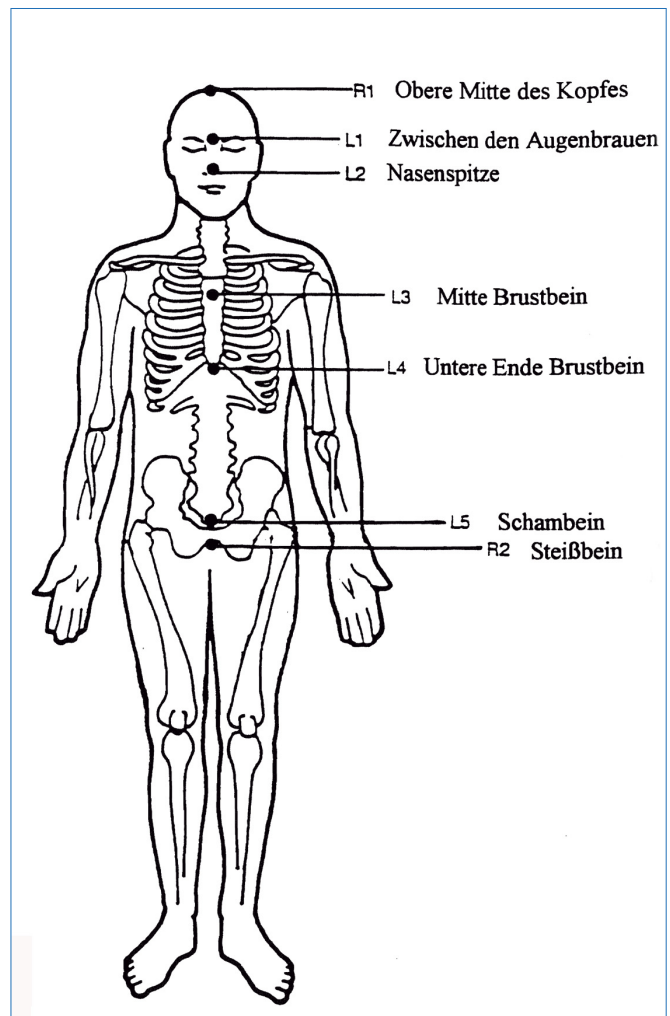


Abb. 2: Der Hauptzentralstrom (alle Abbildungen mit freundlicher Genehmigung des Jin Shin Jyutsu® Europa-Büro, Bonn)

gekommen ist, legen Sie die rechte Hand auf das Steißbein (R2), bis Sie von einer angenehmen Wärme durchströmt werden.

Unheilbar?

Da der Anwendungsbereich im JSJ alle Ebenen des menschlichen Seins umfasst und die Wirkung grundsätzlich darin besteht, die Harmonie als Ganzes wiederherzustellen, gibt es für die Anwendung dieser Heilkunst keinerlei Beschränkungen. Wenn ich von durch die Schulmedizin enttäuschten und eingeschüchterten Klienten gefragt werde, ob man denn bei solch einem „hoffnungslosen“ Fall noch etwas „machen“ könnte, so zitiere ich Mary Burmeisters Satz, der diese Frage wunderbar beantwortet:

**„Es gibt keine unheilbaren Krankheiten,
nur unheilbare Menschen“.**

Im Gegensatz zur Schulmedizin, die körperlichen Beschwerden komplizierte und Angst einflößende Namen gibt und sich bei der Behandlung auf die Bekämpfung von Symptomen konzentriert, konzentrieren wir uns im JSJ grundsätzlich auf die Wiederherstellung der Harmonie von Körper, Geist und Seele und sprechen statt von Krankheiten lieber von gesundheitlichen Projekten, da die innere, positive Einstellung des Klienten dessen Gesundheit nachhaltig beeinflussen kann. Wie jeder Kampf, schafft auch die Bekämpfung einer Krankheit zusätzlich Stress, wo hingegen das Lösen von Projekten bei dem Klienten eine positive Einstellung fördert.



Einer der Gründe für die enorme Effektivität und die gute Verträglichkeit dieser Heilkunst ist wohl auch die Art und Weise, wie JSJ wirkt:

Die Wirkung ist zwar kraftvoll, jedoch immer sanft. Die Wandlung der Energie erfolgt fließend und gibt dem Körper die Möglichkeit, Altes loszulassen und Neues anzunehmen.

Während einer JSJ-Behandlung durch einen erfahrenen JSJ-Praktiker (Therapeuten) liegt der Klient vollständig bekleidet und tief entspannt auf einer Behandlungsliege und empfängt einen oder mehrere Ströme. Meist geht einer Behandlung die so genannte Pulsdiagnose voraus, durch welche energetische Blockaden erkannt und dementsprechend gezielt gelöst werden können.

Mit sich selbst im Einklang sein

Ein ganz entscheidender Aspekt von JSJ ist die Selbsthilfe, welche dem Anwender die Möglichkeit gibt, seine Gesundheit und sein Schicksal buchstäblich in die eigenen Hände zu nehmen.

Durch das sanfte Berühren einfacher Energie-schlosskombinationen oder durch die Anwen-

dung von Mudras sowie dem einfachen Halten einzelner Finger erhält der Anwender die Möglichkeit, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und sich selbst zu harmonisieren.

Haruki Kato, der neben Mary Burmeister zweite langjährige Schüler Jiro Murais, sagte über die Finger:

„Man kann das gesamte
Universum in den eigenen
zehn Fingern erkennen
und mobilisieren.“

Ich liebe diesen Satz, da er das unendliche Potenzial unserer Hände verbildlicht. Tatsächlich ist es so, dass wir über das einfache Halten eines einzigen Fingers mehrere Tausend Funktionen unseres Körpers erreichen und harmonisieren können und dadurch in Notfällen sogar Leben retten können¹.

¹ Zwei Mal konnte ich bereits erleben, wie durch das einfache Halten des kleinen Fingers das Leben eines Menschen während eines Kreislaufzusammenbruchs gerettet werden konnte.

Die Selbsthilfe können wir nicht nur zu heilenden Zwecken, sondern natürlich auch vorbeugend anwenden. Die Unkompliziertheit und Unauffälligkeit der Selbsthilfegriffe ermöglichen uns dabei immer und überall und ohne, dass wir uns bewegen müssen, unser Wohlbefinden entscheidend zu verbessern.

Sie wollen eine Probe? Berühren Sie für einige Minuten sanft die Mitte Ihrer rechten Handfläche mit den Fingern der linken Hand und spüren Sie die ausgleichende, beruhigende Wirkung. Mit diesem Griff stärken Sie über die sechste Tiefe ihre Verbindung zur Quelle.



Der Artikel entstand in freundlicher Zusammenarbeit mit:

Jin Shin Jyutsu® Europa-Büro
Quirinstraße 30, D-53129 Bonn
Tel.: 0228 / 234598
Fax: 0228 / 239404