

Einführung in Jin Shin Jyutsu

„Die Wahrheit ist, dass in jedem von uns die Macht liegt, alles Leid abzulegen und völligen Frieden und Einheit zu erleben – diese wundervolle Schöpfung der perfekten Harmonie zu SEIN – mich selbst zu erkennen.“

- MARY BURMEISTER

Jin: WISSENDER, mitfühlender Mensch

Shin: Schöpfer

Jyutsu: Kunst

Die Kunst des Schöpfers für den mitfühlenden Menschen

Die Kunst des Schöpfers für MICH persönlich

Die Kunst, mich selbst kennenzulernen, mir selbst helfen zu lernen

Jin Shin Jyutsu – umgangssprachlich einfach „Strömen“ genannt – ist eine jahrtausendealte Lebenskunst zur Harmonisierung der Lebensenergie und Stärkung der Selbstheilungskräfte. Durch einfaches Auflegen der Hände auf bestimmte Energiepunkte am Körper kommt mehr Vitalität, Freude, Leichtigkeit und Gesundheit ins Leben, das Immunsystem wird aktiviert und die „erschöpften Energiebatterien“ werden wieder aufgeladen.

Wiederentdeckt hat diese wunderbare Harmonisierungskunst der Japaner Jiro Murai und seine Schülerin Mary Burmeister hat sie mit in den Westen gebracht.

Jin Shin Jyutsu ist ein Weg, die Lebensenergie im Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Gesundheit, Lebenskraft und Wohlbefinden hängen von der freien und gleichmäßigen Verteilung der Lebensenergie überall im Körper ab. Jin Shin Jyutsu bringt Ausgeglichenheit in das Energiesystem unseres Körpers, harmonisiert unsere Gedanken, Einstellungen und Emotionen, fördert dadurch Gesundheit und Wohlbefinden und stärkt die jedem von uns innewohnende Selbstheilungskraft.

Jin Shin Jyutsu arbeitet mit sechsundzwanzig „Sicherheitsenergieschlössern“ – Punkten am Körper, die sich innerhalb der Energiebahnen befinden, die Leben in unseren Körper bringen. Werden eine oder mehrere dieser Bahnen blockiert, wird der Energiefluss in der betreffenden Zone unterbrochen und letztlich das gesamte Energieströmungsmuster durcheinandergebracht. Dann entstehen Disharmonie und Krankheit.

Indem wir die Hände auf bestimmte Energieschlösser legen, können wir uns seelisch,

**körperlich und geistig wieder ausbalancieren.
Blockaden lösen sich, Symptome verschwinden.**

Jin Shin Jyutsu bringt Harmonie in Körper, Geist und Seele zurück. Ebenso offenbart es einen Weg, „mich selbst kennenzulernen, mir selbst helfen zu lernen“, wie Mary Burmeister es in ihren eigenen Worten ausdrückt.

Jin Shin Jyutsu bedeutet, dass wir lernen, uns zu erinnern, das wieder zu entdecken, was wir alle in uns haben: die Schlüssel zur vollkommenen Harmonisierung, zu Freude, Liebe, Gesundheit und Wohlstand.

Jin Shin Jyutsu ist eine Hilfe, unsere Gedanken und unsere Wahrnehmung zu verändern und uns damit wieder in Harmonie zu bringen.

Jin Shin Jyutsu harmonisiert Energien, Gedanken und Emotionen.

**Wenn meine Gedanken und Worte klar sind,
dann folgt der Körper nach.**

Jin Shin Jyutsu **ist** die Schwingung, die dir hilft, immer wieder ins Gleichgewicht zu kommen.

Jin Shin Jyutsu heißt, unsere komplexe Existenz in eine einfache LEBENSKUNST zu verwandeln.

„Durch Jin Shin Jyutsu werden wir uns der Tatsache bewusst, dass wir alles, was wir zu Harmonie und Gleichgewicht (d. h. Einklang mit dem Universum) in Körper, Geist, Seele, Gefühlen und Verdauung brauchen, SELBST besitzen. Dieses Bewusstsein lässt ein Gefühl vollkommenen inneren Friedens, von Gleichmut, Sicherheit und Einheit aufkommen, das mir nichts und niemand nehmen kann. Unsere Ängste, Grundlagen aller Disharmonie, lösen sich eine nach der anderen auf, alle unnötigen Bürden fallen von unseren Schultern ab und machen völliger innerer und äußerer Harmonie Platz. Unser tägliches LEBEN lässt Gefühlen des Wetteiferns und Vergleichens keinen Raum. Nur der gegenwärtige Zustand des SEINS besteht, der unsere ‚Vergangenheit‘ schon mit einschließt und der Grundstein unserer ‚Zukunft‘ ist.“

- MARY BURMEISTER

Jin Shin Jyutsu ist eine Möglichkeit, mich auf den Weg zu machen. Es ist gelebte Philosophie, eine „kosmische, kunstlose Kunst, mir selbst zu helfen“.

**Tief in unserem Inneren ist alles vollkommen
– bereit, durch uns in die Welt zu strahlen.**