

Frühlingserwachen und die Grünkraft

Christine Eschenbach



„Veriditas“ nennt um 1151 Hildegard von Bingen die göttliche Grünkraft, die alles, den ganzen Kosmos, durchdringt. Allen zur Erinnerung, nicht nur als Nachtrag zum Frauentag: Am Anfang der Geschichte der deutschen Philosophie steht eine Frau. Mit ihren philosophischen Impulsen nimmt sie in ihrer „Visionstriologie“ ein höchst aktuelles Thema zur Umwelt vorweg. Sie verweist auf die tieferen Wurzeln der Zerstörung der Umwelt, wenn sie schreibt: „Auch die Grünkraft welkt, wegen des ungerechten Aberglaubens ... der verkehrten Menschenmassen.“ In ihrer Argumentation dazu kommt sie zu folgender Schlussfolgerung: So lange der Dienst, den die Natur den Menschen bringt „... auf Nötigung beruht, ... werdet ihr keine vollkommene Freude finden.“⁽¹⁾ Man höre und staune, sie spricht von „Lieblosigkeit“ als Ursache für Umweltschäden und von „vollkommener Freude“, um die es eigentlich gehen müsste im Zusammensein und Zusammenwirken mit der Natur.

Im JSJ ist Grün die Farbe der 3. Tiefe, unsere Brücke aus der 6. Tiefe ins Sein. Es ist das belebende und aktivierende Prinzip, das uns die Fähigkeit schenkt, Beziehungen eingehen zu können. Die Frage bleibt, welche Qualität haben unsere Beziehungen, sind sie von Lebendigkeit und Liebesenergie durchdrungen, so dass Freude, „vollkommene Freude“ gefunden wird. Diotima, eine der großen im Kanon der Philosophie vergessenen Lehrerinnen von Sokrates, lehrt ihn, welche Rolle

die Liebeskraft spielt beim Erkennen der Wirklichkeit. Sie lehrt Sokrates den Blick auf die Vollkommenheit zu richten willst du wirklich *Erkennen*, *Begreifen* und *Verstehen*. Was für wunderbare Worte die deutsche Sprache dafür nutzen kann und wie recht sie hat! Nur wer Liebe *kennt*, erkennt die Vollkommenheit und Schönheit der Schöpfung. Nur wer danach handelt, *begreift* es und nur wer mit beiden Füßen auf dem Boden *steht*, kann verstehen.

Die 3. Tiefe erschöpft sich bei Missbrauch und Lieblosigkeit sich selbst und anderen gegenüber. Woher kommen nur Missbrauch und all diese Lieblosigkeit in die Welt? Für mich ist es die Energie der „Trennung, Trennung, Trennung“. Trennung von der Natur, bis ausreichend Angst geschürt ist und es Zäune und Mauern braucht. Trennung vom Körper, bis der Geist krank wird und lieblos. Und nun? All dies kann durch jeden von uns durch die Kompetenz von „zusammen, zusammen, zusammen“ wieder ersetzt

werden. Ein einzigartiges Instrument dafür ist Jin Shin Jyutsu, das aus der Quelle des universellen Wassers des Lebens schöpft, verflüssigte Energie in allem was ist.

Doch was, wenn ein Aspekt der Trennung die Trennung von oben und unten ist? Im Beitrag von Matthias Bergmann sehen wir die bekannte Handstellung eines Priesters. Anstelle der offenen Hand, der Gebethaltung der alten Priesterinnen, sehen wir drei Finger nach oben und zwei Finger nach unten weisend. Er ist das Symbol des Hierophanten im Tarot, ein Priester, der die „heiligen Geheim-



„Mit seiner wärmend heilenden männlichen Kraft umhüllt Chiron behutsam den stellaren Körper der Lilith.“ Werner Neuner

Dieses Bild ist als Kunstdruck erhältlich, Format: 60 x 80 cm,
Leinwand auf Keilrahmen, Preis: 130,- € inkl. Versand.

Bestellbar per E-Mail: werner.neuner@al.net

Inhaltsverzeichnis

Frühlingserwachen und die Grünkraft – Christine Eschenbach	1
Impressum mit neuer Adresse der Redaktion.....	2
David Burmeister.....	4
 JSJ SELBSTHILFE	
Erneuerung und glückliches Frühlingserwachen - Christine Eschenbach.....	5
Magenstrom – „die Liebe geht durch den Magen“ - Eva de Jong.....	6
 Die 3. Tiefe ... und alles - Cynthia Broshi.....	8
LESERBRIEF - Anja Möckl.....	9
 NEUROGRAPHIK	
Im Gespräch mit Martina Gächter.....	10
 Maria Miniello - Eine neue 5-Tagekurslehrerin	11
5-Tagekurs in der Steiermark mit Überraschung - Maria Bauernhofer	11
Erfahrungen mit dem Strömen von SES 13 - Erika Wenko, Erika Pusswald	12
Eine numerologische Forschungsreise zu den „Sicherheits“Energieschlössern der Finger - Juiletta Jebens-Theimer	12
 Mensch sein – SES 5 - Matthias Bergmann.....	14
Wir rücken näher zusammen - Christine Eschenbach	15
 JSJ MIT TIEREN TEILEN	
Was Tiere uns über das Teilen von Jin Shin Jyutsu mit Menschen lehren - Adele Leas, Mary Luton, Cary Voorhees, Barbi McDermott.....	16
 Jin Shin Jyutsu Organisatoren.....	18/ 19
Abonnementformular	20



**MiteinanderSEIN – voneinander wissen,
uns gegenseitig informieren, in FREUDE verbunden sein.**
Beiträge, Anregungen an die deutschsprachige Redaktion,
z.Hd. Christine Eschenbach. Kontakt siehe Impressum.
Redaktionsschluss für die Sommerausgabe Nr. 82: 15. Juni 2020

Impressum

Die Zeitschrift ist der Kunst des Jin Shin Jyutsu gewidmet

Herausgeberin der deutschen Ausgabe:

Christine Eschenbach
Kurbusstraße 16, 98666 Masserberg,
Tel.: +49 179 53 13 742,
E-Mail: jsj-fachzeitschrift@posteo.de
www.jinshinyutsu-berlin.de
<https://elopage.com/s/naturbeilkunde-eschenbach>

Übersetzung: Brigitte Purner, Schirin Zarek

Layout und Umbruch:

Christine Eschenbach, Patrick Schimkus

Druck: solid-earth.de, Berlin

Vertrieb: Nina Köppen

E-Mail: JSJvertrieb@posteo.de

Herausgeberin der amerikanischen Ausgabe:

Jennifer Adair, Jin Shin Jyutsu, Inc.,
8719 E. San Alberto,
Scottsdale, AZ 85258,
Tel.: 001 480 998-9331,
Fax: 001 480 998-9335
E-Mail: MainCentral@jscinc.net
www.jsjinc.net



Glossar

Jin Shin Jyutsu wirkt über das Berühren von so genannten „Sicherheitsenergieschlössern“, die bei Missbrauch unseres Körpers, z.B. durch Überanstrengung, durch Verletzungen oder krankmachende Umwelteinflüsse, die Energiezufuhr drosseln. Zugleich sind dies auch die Zonen, wo die Harmonie der Zirkulation der Energieflüsse im Körper wiederhergestellt werden kann. Jiro Murai hat dieses den Menschen angeborene Wissen in Japan wiederentdeckt. Drei Jahre vor seinem Tod systematisierte er seine Forschungsergebnisse so, dass es als Heil- und Lebenskunst von jedem wieder erinnert und gelebt werden kann.

Mary Burmeister verdanken wir, dass dieses Wissen um die Welt getragen wurde. Sie hat dem System von Jin Shin Jyutsu das Verständnis der NEUNTIEFEN hinzugefügt, in dem sie die Einheit von Kosmos und Mensch beschreibt.

Außerdem hat sie das alte Weisheitswissen der Numerologie mit den 26 Zahlenströme im JSJ verbunden.

Die JSJ-Fachzeitschrift „Main Central“ versteht sich als lebendiges Forum für JSJ-Studierende, JSJ-Praktizierende und Freunde der Kunst des Jin Shin Jyutsu. Es ist eine Einladung zum Austausch und als Anregung für eine am Hier und Jetzt orientierte Themengestaltung.



Die in dieser Zeitschrift beschriebenen Heilerfahrungen sind keine Heilversprechen.

Jin Shin Jyutsu hat nicht zum Ziel, die regelmäßige Behandlung durch anerkannte medizinische Instanzen zu ersetzen.

Jin Shin Jyutsu ist:

**„die Kunst, glücklich zu sein,
der Langlebigkeit und der
Güte“! Jiro Murai**

Christine Eschenbach

nisse“ den Eingeweihten enthüllt, lesen wir. Was ist, wenn der Inhalt der Enthüllung eine Interpretation ist, die Himmel und Erde trennt und die Grünkraft zum Welken bringt. Woher kennen wir das: Drei Finger zeigen nach oben und zwei Finger nach unten. Wir finden dies auch im Antwortblatt von Mary, im Stern der Brustwirbelsäule: 1., 4. und 6. Tiefe (Daumen, Zeige- und Mittelfinger aufsteigend) 2. und 5. Tiefe (Ring- und kleine Finger) zeigen nach unten, absteigend. Doch hier ist keine Trennung gemeint, und kein besonderes geheim zu haltendes Geheimnis. Hier geht es um Zyklus und Rhythmus des Lebens als natürliches Ein und Aus des großen Lebensatems.

SES 8 – Kraft und Rhythmus, die positive Zahl der 3. Tiefe steht als Brücke ins Leben und nicht als Interpretation



und Deutungsgewalt einer Person und Position. Die Problematik des Hierophanten wird im Motherpeace Tarot (siehe Graphik) deutlicher gemacht. Hier stellt sich ein Priester in Frauenkleidern vor das universelle Wasser des Lebens. Es ist eine selbsternannte und eine mit dem Schwert erzwungene Autorität. Wie treffend, auf diesem Bild des Hierophanten zwingt er Frauen in die Knie. Freiwillig gehen Frauen aus falscher Hörigkeit in die Knie, sehe ich hier. Die Umlenkung der Energie der Anbetung in die Stabilisierung einer Machtposition. Hier haben wir in der

heutigen Zeit andere Bilder, doch es führt zur gleichen Entmündigung. In heutiger Zeit zwingt uns „Expertenwissen“, das nicht mehr hinterfragt wird, in die Knie, vernebelt schleichend die Urteilskraft der Menschen, durch „Kompetenzanspruch“ eingeschüchtert. Dies erschwert die Möglichkeit, sich selbst ein Bild machen zu können. Aktuelles Beispiel ist die Grippe-Welle, wodurch eine ganze Gesellschaft lahmgelegt und diszipliniert werden kann. Wir haben die tieferen Ursachen eines lieblosen Wirtschaftens anzuschauen, das krankheitsanfällig und krankmachend ist. Die „Sicherheits“energieschlösser der 3. Tiefe beginnen mit SES 16, einer Energie, die die Enge und Härte der Mauern zu durchbrechen vermag bis zum SES 22, unserer Anpassungskompetenz, mich glücklich fühlen zu können, wo immer und wie ich gerade bin. Das rettet Leben und hält gesund und wir können wie Hildegard von Bingen verweist, in „vollkommener Freude“ sein.

Halten wir also mit unserer 3. Tiefe die Brücken ins Leben offen. Beenden wir den Kampf gegen ... und öffnen uns für die Liebe des Lebens, um die Vollkommenheit zu sehen und zu leben. Nicht als starres Ideal, sondern als lebendige Vision täglich im Alltag zu finden. Nutzen wir das Frühlingserwachen dazu, unsere Beziehungsfähigkeit und damit

unsere wahre Quelle der Gesundheit zu stärken und durchschauen wir, wo uns jemand per Autorität klarmachen will, wie die „Dinge laufen“. Es gehört zu den Grundeigenschaften des Menschseins, sich selbst ein Bild zu machen. Wie dies im tiefsten Sinne des Wortes gehen kann, können wir in dieser Ausgabe lesen. Ich greife dazu noch einmal auf Hildegard von Bingen zurück.

Hildegard von Bingen erläutert in ihren philosophischen Werken, dass wir über die rein begriffliche Erklärung der Welt hinaus gehen müssen. Mehr als Begriffe es erfassen können, empfiehlt sie

ein bildliches Herangehen. Hier benennt sie, worüber wir auf den *Seiten 10/11* in dieser Ausgabe lesen können. Martina Gächter macht uns mit der sogenannten NEUROGRAPHIK bekannt. Dabei geht es um einen Weg, auf der Spitze eines Stiftes die 9. Tiefe unterbringen zu können. Jeder kann sie dann in einfacher malerischer Weise in sein Leben hereinholen und Lösungen finden, wo bisher keine Lösungsenergie war. Es sind die uns bekannten Wege der Tiefen, die uns Mary Burmeister schenkte. Sie werden fühlbar als Handlungskraft und Bewusstseinsenergie. Lösungen für alle Fragen der Zeit sind vorhanden. Lösungen existieren nie losgelöst von der Lebenskraft und oben genannter Grünkraft, die alles durchzieht.

Viel Freude beim Studieren dieser Ausgabe!

¹⁾ Zitiert aus der Sonderausgabe des Philosophie-Magazin, Philosophinnen. Eine andere Geschichte des Denkens. S. 33, 34

Ja ich fühle Sinn,
geb' das Klagen hin,
und was vorher schwer,
wandelt sich ins Mehr.

Liebe soll allein
Ziel und Weg mir sein.
Wunden werden dann
Wunder irgendwann.

aus „MeridianMantren“ -
„Ja, ich fühle Sinn“ -
Mantra für den Herzmeridian von
Dr. Karl Adamek/www.karladamek.de

Uschi Hölbling hat es für uns in
der Tastsinnkur gesungen, und es
begleitet mich durch die Zeit...



David Burmeister

LIEBE FREUNDE UND STUDIERENDE
DES JIN SHIN JYUTSU,

meine Mutter besaß eine erstaunliche Fähigkeit, ihren Schülern und Klienten genau das Richtige im rechten Moment zu sagen. Sogar den unglücklichsten, verängstigten oder wütenden Menschen. Diese Fähigkeit war eines der Dinge, die ich am meisten an meiner Mutter bewunderte. Wie machte sie das bloß? War es eine Gabe? Oder eine Errungenschaft, die sie mit Bedacht und absichtlich entwickelt hatte? Und ist diese Fähigkeit etwas, was ich auch entwickeln könnte, was andere auch entwickeln könnten? Wie anders unsere Welt dann aussähe.

Je älter und (hoffentlich) milder gestimmt ich werde, desto mehr wächst mein Respekt dieser Fähigkeit gegenüber. Ich möchte meine Gedanken mit euch teilen, was das betrifft, wie meine Mutter zentriert und liebevoll blieb. Auch wenn ihre Worte nicht immer mit Zuckerguss versehen waren – sie konnte sehr direkt sein – sprach sie doch immer aus einem weisen und liebevollen Herzen. Es kam aus einem Ort des tiefen Wissens, dass jeder von uns sein Bestes gibt in diesem „Atem, der ich bin“. Diese einfache Perspektive gab Mary die Fähigkeit, Menschen zu ermöglichen, sich von einem Punkt der Begrenztheit zu einem Ort der Fülle und Geborgenheit zu bewegen. Kein Urteilen und kein Beurteiltwerden; es ist ein Segen und eine Herausforderung, die die Übung wert ist.

Mein Wunsch ist, dass ein jeder von uns diesen Ort der Akzeptanz und Großherzigkeit uns selber und anderen gegenüber finden möge – sogar denen gegenüber, die einen anderen Pfad verfolgen als wir. Sei das Vorbild des Lichts, das du bist!

In diesem Jahr wird das Mary Burmeister-Institut mit Freuden neue Webinar-Themen anbieten. Wir freuen uns, Maria Miniello als neue Jin Shin Jyutsu-Lehrerin einzuführen – weiteres über sie findet sich in dieser Ausgabe. Auch

werden wir eine neue Vorgehensweise vorstellen, um an das Jin Shin Jyutsu-Zertifikat zu gelangen und außerdem noch sehr bald einen weiteren neuen Lehrer ankündigen.

HINWEIS ZUR AKTUELLEN SITUATION

Wir haben seriöse und aktuelle Informationen genau beobachtet und überprüft in Bezug auf ansteckende Krankheiten einschließlich des Coronavirus. Danach haben wir die folgenden Empfehlungen und Maßnahmen für unsere Kurse aufgestellt:

- Halte dein Immunsystem stabil: Ausruhen, ausreichend Flüssigkeitszufuhr, gute Ernährung und regelmäßige Anwendung von Jin Shin Jyutsu-Selbsthilfe, um das Immunsystem zu stärken.
- Bleib zuhause bei Atemwegsbeschwerden (Husten, Niesen und Kurzatmigkeit) und/oder wenn deine Körpertemperatur über 38° C liegt.
- Huste und niese in ein Taschentuch, in

die Ellbogenbeuge oder in die Schulter (nicht in die nackte Hand).

- Wasche deine Hände häufig mit Seife und Wasser, mindestens 20 Sekunden lang, oder benutze ein Handdesinfektionsmittel auf Alkoholbasis.

Händewaschen ist die beste Abwehr, benutze (idealerweise) Papierhandtücher zum Abtrocknen; es gibt Hinweise, dass Papierhandtücher weniger Viren verbreiten als Airdryer.

Der/die Lehrer*in wird jedem von euch Zeit geben und daran erinnern, die Hände zu waschen vor einer Behandlung. Wenn du meinst, Symptome zu haben und den Kurs verlässt, informiere bitte den/die Lehrer*in und/oder den/die Organisator*in.

Auf unserer Website www.jsjinc.net findet Ihr die Kurse, die abgesagt wurden (unter Classes Menus), ebenso unter www.jinshinjyutsu.de >> Kursprogramm >> Kurse Europa ab 2020 (chronologisch).

Mit Liebe und allen guten Wünschen,
David Burmeister. Leiter,
MB JSJ-Institut / david@jsjinc.com



Zeit,
Dein Immunsystem
zu harmonisieren!

Ein gute Zeit für
Jin Shin Jyutsu!

JSJ-Selbsthilfe - Erneuerung und glückliches Frühlingserwachen

Christine Eschenbach

ANTWORTEN AUF GRIPPE-SELLEN ALLER ART

Alles ist Schwingung! Halten und heben wir unsere Schwingung durch Zuversicht, durch Dankbarkeit, durch Freude, durch Mitgefühl, durch Verständnis und Zufriedenheit und alles getragen durch LIEBE, der höchsten Schwingung! Und wenn wir erkranken und uns unwohl fühlen, den ersten 1. Schritt gehen, dieser heißt: Annahme, erst nach der Annahme kann die erforderliche Transformation geschehen.

FÜR DIE FRÜHLINGSZEIT

Haltet SES 8, einzeln oder zusammen, als tiefe 8 und/oder haltet die Kniekehle, um seine Kraft und Stärke zu spüren, nutzt jede Gelegenheit ins Grün zu schauen und wenn das nicht geht, stellt euch Grün und Grünen vor.

Strömt und befasst euch mit den Sicherheitsenergieschlössern der 3. Tiefe, SES 16 bis 22, um den Verstand und die Nerven zu entspannen. Bleibt mit der Intelligenz des eigenen Körperbewusstseins eng verbunden und fördert mit der eigene Autorität, die kollektive Intelligenz, bis tiefgründige Sicherheit zu spüren ist in Verbundenheit mit der ewigen unbegrenzten Vollkommenheit der Schöpfung.

Prüft die eigenen Reaktionsmuster auf veränderte und schnell wechselnde Lebenssituationen und wechselt den Focus von problemorientiertem zu lösungsorientiertem Denken.

Strömt besonders oft SES 16, siehe Selbsthilfe Buch II, S. 43f, *„Aufbrechen bestehender Formen zu Gunsten neuer“*, *„... wir halten den rechten Daumen und legen das rechte Knie über die linke Kniescheibe und umgekehrt / wir halten den linken Daumen und legen das linke Knie über die rechte Kniescheibe.“*

HINWEIS VON RUDOLF AN UNS

Diesmal konnte ich seinen bayrischen Dialekt besser verstehen: Bei Schlaf- und besonders Einschlafstörungen legt

er die rechte Hand auf den Raum zwischen dem Venushügel und dem Nabel und die linke Hand auf die Mitte des Brustbeins. Ausprobieren! Die Hände können auch gegebenenfalls gewechselt werden.

Er hat hier etwas geniales entdeckt. Lest es im Textbuch II, S. 60 nach: 2,5 cm unter dem Nabel treffen sich der Anfang der komprimierten Sauerstofffunktionsenergie und das Ende der verflüssigten Nahrungsenergie und an der vorderen Dritten Rippe treffen sich der Anfang der verflüssigten Getreideenergie und das Ende der komprimierten Sauerstoffenergie. So gut versorgt lässt es sich erholungsam schlafen.

In allen Notsituationen – Mitte freihalten durch den Ankerschritt der 3. Korrekturmethode, rechte Hand auf das Kreuzbein und linke Hand auf die Mitte Brustbein.

HINWEIS VON BRIGITTE SCHULZ

Sie hatte plötzlich stechende, immer wiederkehrende Schmerzen im linken Knie, Nähe des SES 8, beim Strömen des Blasenstroms. Sie griff auf die Helferströme zurück: rechte Hand auf linkes SES 3, linke Hand auf linke 25, dann Wechseln der linken Hand auf linkes SES 15 und der Schmerz beim Strömen des Blasenstroms trat nicht mehr auf.

Wir können also stets zuversichtlich bleiben im Kontakt mit unserer angeborenen Körperintelligenz!



Brockenhexe mit überdimensionalen Mittelfinger, auch sie kannte schon Jin Shin Jyutsu!
Foto: Susanne Specht

NOT MACHT ERFINDERISCH

Nutzt die Gelegenheit und seid mit dabei. Am 28.3.2020 startete mit Mona Harris eine Reihe von Webinaren als Live-Seminare unserer 5-Tagekurs-Lehrer*innen mit über 1500 Teilnehmenden. Lockern wir unsere innere Sperre und Aversion vor zu viel Digitalem und machen uns bewusst, es lohnt sich, Teil eines großen Heilfeldes zu sein, das wir zum Leuchten bringen.

Ich war gerade bei Mona dabei, es lohnt sich sehr. Die Webinare der Lehrer*innen werden aufgezeichnet und online bereit gestellt.

Magenstrom - „die Liebe geht durch den Magen“

Eva de Jong, Niederlanden, Lehrerschafts-Anwärterin

Als ich noch ein Kind war gab es sonntags zum Mittagessen Braten mit Kartoffelbrei und Apfelkompott, das Beste daran war natürlich der Kartoffelbrei mit dem Apfelkompott, die beiden zusammen nannte ich, Himmel und Erde. Nach dem Essen kam das Allerbeste, gemütlich auf Papas Schoß mit Daumen im Mund.

Das ist die 1. Tiefe, die um Harmonisierung fragt, die 1. Tiefe sorgt dafür, dass wir genährt sind auf allen Ebenen, seelisch, geistig und körperlich. Kartoffelbrei und Apfelkompott zusammen sind wie ein süßer Brei. Der süße Brei, den man oft Babys und kleinen Kindern abends vor dem Schlafengehen gibt, der für einen ‚süßen‘ Schlaf sorgt. Süß ist der Geschmack der 1. Tiefe und ist dem Element Erde zugeordnet, süß ist auch die Muttermilch, die das Kind nährt und ihm hilft, sich zu erden.

Das Daumenlutschen, was Kinder und Babys ganz automatisch tun, gibt nicht nur ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit, sondern hilft der Verdauung mit Hilfe des Magenstroms, der absteigenden Organfunktionsenergie der 1. Tiefe. Dieser Strom harmonisiert die Mitte, sodass Himmel und Erde sich verbinden können.

Der Magenstrom, somit auch die 1. Tiefe, hat eine Beziehung zur Nahrung in allen Formen, zu dem, was wir essen und was wir erleben. Er hilft uns genährt zu sein und zu nähren im weitesten Sinne des Wortes. Bin ich genährt durch das, was ich esse, durch meine Beziehungen, meine Tätigkeiten, einfach durch alles was ich mache, tue

und wie ich es erlebe.

Der Magenstrom hilft mir zu verdauen und Verdauen ist nichts anderes, als umzuwandeln und so brauchbar zu machen, sodass ich mich selbst und andere nähren kann.

Darum ist der Magenstrom besonders geeignet für diejenigen, die für andere sorgen, beruflich oder einfach im Familien- oder Freundeskreis, dass das Sorgen im Gleichgewicht bleibt. Er hilft nicht nur dem physischen Sorgen, sondern auch dann, wenn man sich Sorgen macht. Er beruhigt den Kopf, harmonisiert sorgenvolle und ängstliche Gedanken und hält uns im Hier und Jetzt.

Weil der Magenstrom sich um unsere Ernährung sorgt, ist er sehr hilfreich bei allen Essthemen wie Abnehmen, Zunehmen und gar nicht essen können oder wollen.

Er hilft uns, unser ideales Gewicht zu finden und für viele ist das eine ziemliche Herausforderung, weil unser ideales Gewicht nicht immer übereinstimmt mit dem was wir in der Außenwelt wahrnehmen.

Zu dick? Zu dünn? Zu alt? Zu jung?

Bin ich schön und gut genug, um geliebt zu sein? Da haben wir die kritische Stimme! Magenbeschwerden, Verdauung und Essthemen haben oft mit dieser ‚kritischen Stimme‘ zu tun.

Wenn wir den Magenstrom harmonisieren, harmonisieren wir auch diese ‚kritische Stimme‘, die oft verhindert, dass ich mich und andere akzeptieren kann. Es heißt nicht um sonnst: „Die Liebe geht durch den Magen.“

Die 1. Tiefe und so auch der Magenstrom haben eine Beziehung zu den ersten 15 Jahre des Lebens. Wenn diese Zeit genährt ist, kann das Kind ein gesundes Vertrauen in sich selbst und in andere entwickeln und entwickelt auch ein gesundes Bewusstsein seiner selbst.

FÜR DEN RECHTEN MAGENSTROM

Die fett gestellten Teile sind original aus Mary Burmeisters Selbsthilfebuch 1 & 2.

1. SCHRITT:

Legen Sie einen oder mehrere Finger der linken Hand unter den RECHTEN Wangenknochen

„21“ kam ins Universum mit der Bedeutung tiefgründig, Sicherheit, entkommen aus mentaler Gefangenschaft.

Lege eine oder mehrere Finger der rechten Hand unter die Mitte des RECHTEN Schlüsselbeins.

„22“ kam ins Universum mit der Bedeutung vollständig.

Beim 1. Schritt wird das SES 21 zusammen mit dem SES 22 gehalten.

Das SES 21 ist der „Geburtsort“ vom Magenstrom. Das Halten der 21 gibt mir ein Gefühl von Sicherheit um aus mentaler Gefangenschaft zu entkommen. Hilft um frei zu denken, mich zu lösen von alten Denkmustern, über mich selbst und über alles und jeden um mich herum.

Die 22 hilft mir, mich anzupassen an neu entstandene Denkweisen, Gegebenheiten, Situationen und gibt mir die Fähigkeit zu sehen, dass alles was ich brauche schon da ist.



1



2



3



4

2. SCHRITT:

Bewegen Sie jetzt nur die rechte Hand und legen Sie sie auf die vordere Mitte des letzten LINKEN Rippebogens. *

„14“ kam ins Universum mit der Bedeutung Gleichgewicht, Nahrung. **

Im 2. Schritt liegt die Hand in der Mitte auf dem SES 14, wo sich u.a. das Organ Milz befindet. Die Mitte bezeichnet Mary als Physio-Psychologie: „das Verständnis meines Selbst“

Die Mitte ist auch Symbol für Mensch, der Mensch zwischen Himmel und Erde.

Das Halten des SES 21 zusammen mit dem SES 14, gibt mir die Fähigkeit im freien Denken, die Mitte zu öffnen, sodass ich das „Verständnis meines Selbst“ unterstütze.

Eine freie harmonisierte Mitte ermöglicht, dass Himmel und Erde sich verbinden können.

3. SCHRITT:

Bewegen Sie jetzt nur die rechte Hand und legen Sie sie auf die hintere Mitte des letzten LINKEN Rippenbogens (oberhalb der LINKEN Taillenseite). *

„23“ kam ins Universum mit der Bedeutung Aufrechterhalten des einwandfreien Kreislaufs. **

Im 3. Schritt geht die Hand wieder zur Mitte, aber jetzt zur hinteren Mitte, da wo sich die Nieren und die Nebennieren befinden. Dieser Schritt harmonisiert nicht nur die Niere, die für einen einwandfreien Kreislauf sorgt, sondern harmonisiert die Angst und gibt mir schöpfende Kraft, sodass ich mich immer wieder erneuern kann.

4. SCHRITT:

Bewegen Sie jetzt nur die rechte Hand und legen Sie sie auf die vordere Mitte des letzten RECHTEN Rippebogens. *

„14“ kam ins Universum mit der Bedeutung Gleichgewicht, Nahrung. **

Im 4. Schritt geht es wieder zur vorderen Mitte, jetzt an der Seite wo Gallenblase und Leber sich befinden, und unterstützt, wie auch beim 2. Schritt, das Harmonisieren der Mitte und hilft auch wieder dem „Verständnis meines Selbst“.

5. SCHRITT:

Bewegen Sie jetzt nur die rechte Hand und legen Sie sie auf die Innenseite des LINKEN Oberschenkels, etwa sieben Zentimeter oberhalb des LINKEN Knies. *

„1“ kam ins Universum mit der Bedeutung Urbeweger, die extreme Höhe mit der extremen Tiefe verbindet. **

Beim 5. Schritt geht es weiter runter zum hohen SES 1, während die andere Hand noch immer auf dem SES 21 liegt. Dieser Schritt hilft mir, um mit einem sicheren und geborgenen Gefühl – gelöst aus mentaler Gefangenschaft – in Bewegung zu kommen. Die hohe 1 hilft in Bewegung zu kommen, körperlich, geistig und seelisch, denn das hohe SES 1 ist der Urbeweger.

Das Halten des hohen SES 1 bringt alles hinunter, was oben stecken geblieben ist, und hilft somit auch, wenn wir irgendwie stecken geblieben sind.

6. SCHRITT:

Bewegen Sie jetzt nur die rechte Hand und legen Sie sie außen neben das Schienbein, und zwar auf halber

Höhe zwischen der Außenseite des LINKEN Knies und der Außenseite des LINKEN Fesselgelenks. *

„8“ kam ins Universum mit der Bedeutung Rhythmus, Stärke und Frieden.

Im 6. Schritt, während die linke Hand noch auf dem SES 21 liegt, geht die andere Hand auf die tiefe 8. Im freien Denken, gelöst von jeglicher mentalen Gefangenschaft bringt die 8 – das Zeichen der Unendlichkeit – mich wieder zurück in den Rhythmus des Universums, lässt mich Kraft und Frieden erfahren.

7. SCHRITT:

Bewegen Sie nur die rechte Hand und halte Sie den dritten Zeh des LINKEN Fußes zwischen zwei Fingern. *

Der dritte Zeh ist kein SES, er ist der Ort, wo der Magenstrom endet.

(Interessant die sieben Schritte, weil die Sieben bedeutet: Sieg, vollkommene Lebenskraft).

Beim 7. Schritt, bringen wir die Energie bis ganz bis nach unten in die Erde hinein. Der mittlere Zeh ist kein SES, sondern einer der drei Zehen, an denen der Magenstrom endet. Dieser dritte Zeh hat noch eine weitere wichtige Funktion. Er ist nämlich der Ort, wo das mysteriöse Zusammentreffen der Energien, die gewonnen werden aus dem Essen, das wir zu uns nehmen, und aus dem Sauerstoff, den wir aufnehmen, wenn wir atmen (Text 2, Seite 60 und 61) stattfindet. Dieses Zusammentreffen formt das CHI, was uns nährt. Da wo Himmel und Erde auf eine andere Art zusammenkommen.

FÜR DEN LINKEN MAGENSTROM kehre einfach die Sequenz um.

Mary Burmeister: **„Bedenken Sie stets, dass Sie jeden Schritt, den Sie nicht ohne weiteres erreichen können, überspringen können, um zum nächsten Ihnen angenehmen Schritt überzugehen. Vielleicht werden Sie den Rhythmus des Universums nicht gleich am Anfang spüren, doch mit etwas Geduld spüren Sie bald ein**



5



6



7

Pulsieren oder eine Entspannung in der ‚Verbindung‘.

EIN GEDANKE ZUR ANWENDUNG:

Aus eigener Erfahrung und aus meinen Selbsthilfekursen weiß ich, dass der Magenstrom für viele eine kleine, oft auch körperliche, Herausforderung ist. Er besteht aus 7 Schritten, die Geduld und Zeit erfordern. Bei den letzten zwei

Schritten geht es hinunter zum Schienbein und zum Schluss auch noch zum dritten Zeh.

Das ist für viele körperlich nicht möglich, darum schreibt Mary, dass man auch einen Schritt überspringen kann. Wenn es aber einigermaßen ohne zu viel Mühe geht, um das Schienbein und den dritten Zeh zu halten, sollte man den ganzen Strom in 7 Schritten machen.

Zwischendurch kann man auch nur den ersten Schritt halten oder einfach nur den Daumen.

Eine weitere Möglichkeit ist es, beim 6. und 7. Schritt sich einfach hin zu setzen, falls man vorher lag, die Hand, die beim Wangenknochen lag, auf eine der SES 14 zu legen, dann ist es oft einfacher, das Schienbein und den dritten Zeh zu erreichen.

Die 3. Tiefe ... und alles

Cynthia Broshi, USA, 5-Tagekurslehrerin (amerikanische Winterausgabe 2020)

Es ist wirklich schwer über die 3. Tiefe zu sprechen, ohne über alles zu sprechen. Denn das ist es, was die 3. Tiefe erschafft. Beziehung liegt der Manifestation allen LEBENS zugrunde (6. Tiefe).

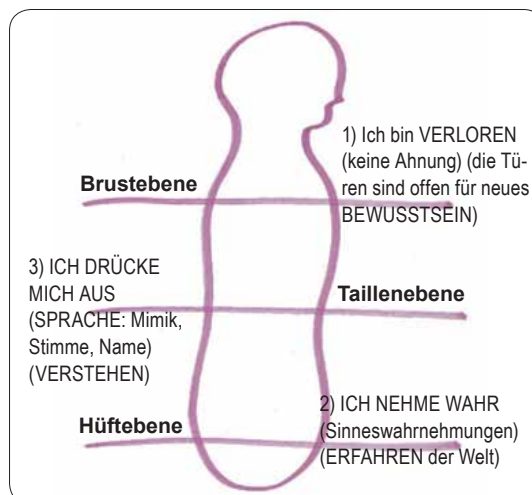


Es gibt drei Schritte im Walzer des SEINS der 3. Tiefe. Im ersten Schritt unserer magischen, mystischen Reise können wir lernen, wie man sich verliert – wir üben, uns über unsere Komfortzone des „Wissens“ hinaus auszudehnen. Im zweiten Schritt üben wir das SEHEN (Wahrnehmen) aus diesem Raum des Nichtwissens, indem wir unserer Sinneswahrnehmung erlauben, sich ihren Weg ins Hier und Jetzt zu bahnen. Und wir beginnen, die dritte Handlung der 3. Tiefe zu üben: das Zusammen-setzen / uns selbst zusammen-setzen. Der Ausdruck „meiner“ Wahrnehmung energetisiert und unterstützt meine Fähigkeit zu verstehen.

Wir sehen, dass es diese dritte Bewegung der 3. Tiefe ist, die eine Brücke zwischen Erfahrung und Bewusstsein schlägt. Hier sind ein paar Bezeichnungen für das Ergebnis dieses dreiteiligen Prozesses:

ANBINDUNG
BEZIEHUNG
VERSTÄNDNIS
HARMONIE
VERSTAND
SPRACHE
LERNEN

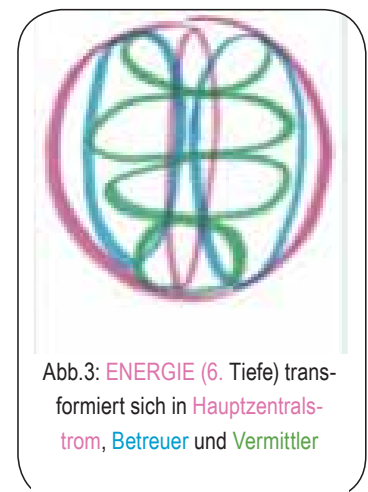
Die Handlung des „in Beziehung seins“ ist eine Fähigkeit der 3. Tiefe: ENERGIE IST 3. Tiefe, wann immer verschiedene



Formen (oder Qualitäten) von Energie miteinander in Beziehung stehen. Die 3. Tiefe hilft uns also nicht nur uns auszudehnen, sondern zieht uns auch zusammen, d.h. uns zu verbinden. Schauen wir uns an, wie sie beginnt sich zu manifestieren:

In der 3. Tiefe wird der Vermittler geboren: als energetische Bewegung um Ausatmen (Generation, linker Betreuer) und Einatmen (Regeneration, rechter Betreuer) in Beziehung zu bringen.

Das ist die Beziehung, die Schwingung, Harmonie und Aktivität entstehen lässt. Wenn sich die ENERGIE so verdichtet (indem sie in Beziehung zu sich selbst tritt), dass sie sich zu manifestieren (fest zu werden) beginnt, ist es die Schwingung (Vermittler), die die Brücke vom Unsichtbaren zum Sichtbaren bildet:



Außerdem ist es die 3. Tiefe, die sich als letzte manifestiert. Das Verschmelzen der SEINS-Zustände der ENERGIE ist die beseelende Kraft, die Leben in die Form bringt, so wie es die Verschmelzung der vier Elemente ist, die

lebende, wachsende Wesen erschafft und ernährt.

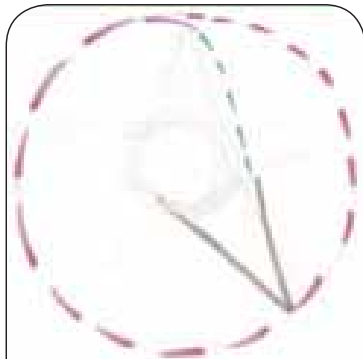


Abb.4: **ENERGIE** (6. Tiefe) transformiert durch die **Brücke** der 3. Tiefe (Vermittler) in die 2. Tiefe (manifestiert sich)

So beginnt die 3. Tiefe diesen Prozess der Manifestierung (als Quelle, AUSDEHUNG, VERMITTLER, SCHLÜSSEL, ÄTHER, SCHWINGUNG, BEZIEHUNG, HARMONIE) und vervollständigt ihn (als Element von HOLZ: Leben, wachsendes Wesen).



Abb.5: **ENERGIE** (6. Tiefe) manifestiert sich als 2., 1., 5., 4., 3. Tiefen (der 5-ZACKIGE STERN: Körperfunktionsenergie)

HOLZ (Pflanzenleben) ist ein passendes Symbol für das sich manifestierende Leben: Pflanzen sind Formen, die aus der Beziehung von Feuer, Luft, Wasser und Erde bestehen und diese enthalten. Der Mikrokosmos spiegelt den Makrokosmos wieder, so dass es nicht überrascht, dass es die Pflanzen sind, die täglich das Wunder vollbringen, die Wurzel (die Quelle) für alles Leben auf unserem Planeten zu sein: Pflanzen fangen das LICHT (7. Tiefe) ein und

entfalten und verwandeln es in Nahrung (vergleichbare Energie).

Tatsächlich wurde unsere lebenserhaltende Atmosphäre (LUFT) über Milliarden von Jahren durch die Energie-Fabriken von Billionen und Abermillionen rudimentärer Pflanzen in den Urmeeren geschaffen.

Das Beobachten der Pflanzenwelt – ihre sichtbaren und unsichtbaren Aktivitäten und Formen – hilft mir, alles zu WISSEN, was ich über Harmonie wissen muss und wie ich lernen kann. Jeder Teil innerhalb des Ganzen führt mich zu dem Einen WIR-IST. Um also jemanden zu verstehen, will ich alle Aspekte SEHEN. Mit anderen Worten:

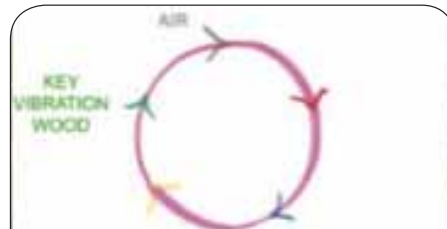


Abb.6: SCHLÜSSEL, SCHWINGUNG, HOLZ → LUFT **ENERGIE** (6. Tiefe) transformiert sich ins SEIN der 3. Tiefe, welche sich in die (nährt/energetisiert) 2. Tiefe transformiert (der LENDENWIRBELKREIS: die manifestierten Tiefen)

ich darf keine Scheuklappen aufsetzen und mein Bewusstsein im Voraus bearbeiten. Was auf den ersten Blick wie ein wirres Durcheinander aussieht, ist der Beweis dafür, dass der Puls des Lebens sich manifestiert – zu LEBEN.

*Die Schlange sagt:
LEBEN ist unbändig!*

*Der Gecko sagt:
DER WUNSCH ZU SEIN
(6. Tiefe) dehnt sich in
Richtung ihrer Leidenschaft aus,
um zu erblühen!*

Indem ich die Form(en) (in der Gesellschaft, im Körper und im Puls) beobachte, kann ich JETZT SEHEN, welche Aspekte des SEINS (welche Tiefe/Tiefen) jetzt im Moment die Schöpfungsbewegung führen. Ich kann sehen, durch welche Handlung, welche Beziehungen, erblüht das Leben? So weiß ich, wo ich mit meinen Starthilfekabeln beginnen kann und BIN der Funke für die Tiefe(n), der die Gesamtheit zum SEIN führt.

*„Schaue bis du HÖRST, höre bis du SIEHST... SEI der/die Beobachter*in der stattfindenden Harmonisierung.“*

Mary Burmeister

Es macht keinen Unterschied, ob diese Tiefe als Projekt oder Geschenk spricht. Ich kann einfach mit der Tiefe beginnen, die ich wahrnehme, wissend, dass sie eine Verbindung zur Gesamtheit ist: zur

HARMONIE

BEZIEHUNG = FUNKTION = FORM

aus dem LESERBRIEF

von Anja Möckl

Im letzten Main Central ist ein Beitrag von David Burmeister zum Thema Selbsthilfe. Und in vielen Diskussionen mit Kolleginnen aus der komplementären Szene merke ich immer wieder, dass die Selbsthilfe genau der Kern des Jin Shin Jyutsu ist. Darin unterscheidet es sich von so ziemlich allen anderen mir bekannten Therapieformen, die doch immer einen Praktiker benötigen. Und ja, je mehr ich meine Klienten ermutige, sich selber zu strömen, desto seltener sehe ich sie in meiner Praxis. Schlecht fürs Portemonnaie, aber super fürs Gefühl.

Anjas Lieblings-Selbsthilfe für alle Fälle:

Der „Da-wo's“-Strom: Eine Hand, wo's weht tut und die andere in die Leiste. Einfach und effektiv und für alle, die skeptisch Hemmungen haben einzusteigen.

Neurographik - Im Gespräch mit Martina Gächter

CHRISTINE ESCHENBACH

Liebe Martina, du überrascht uns mit diesem wundervollen Thema der Neurographik. Ich habe bereits ein Webinar bei dir besucht und weiß, es wirkt.

Auch sehe ich hier Verbindungen zu den Tiefen im Jin Shin Jyutsu, insbesondere den Tiefen der sogenannten „nicht individualisierten“ Energie. Das halte ich für eine große Chance, über meine individuellen Themen und „Projekte“ hinaus das größere Bild zu finden.

Wie bist du der Neurographik begegnet?

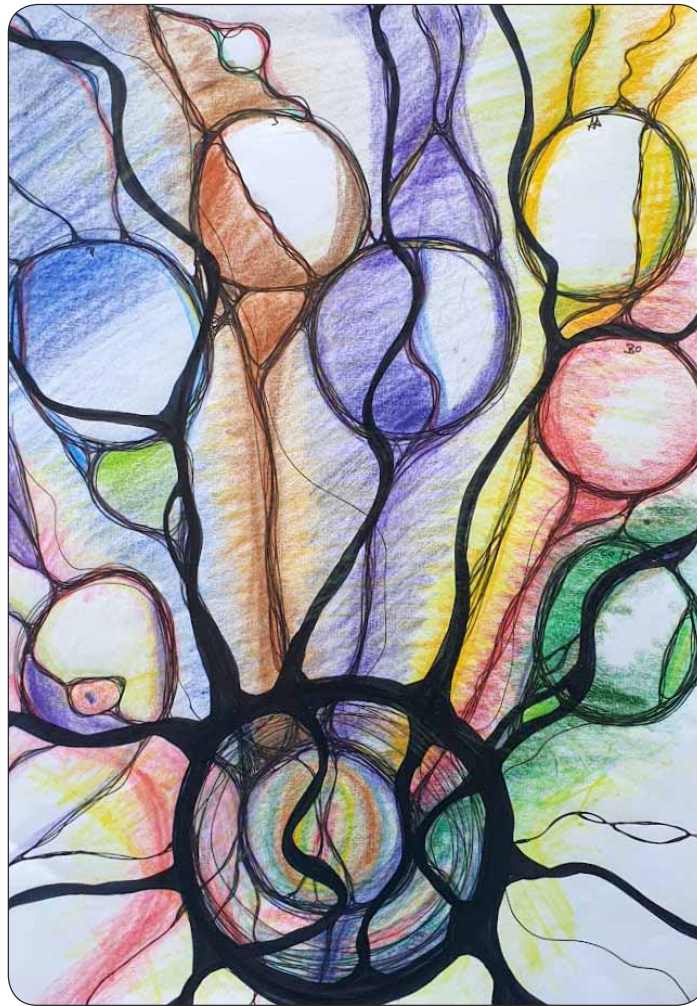
MARTINA GÄCHTER

Im November 2018 habe ich mir im Internet einen Zahnkongress angehört und jemand berichtete über die Neurographik. Sofort wusste ich, dass das absolut meines ist. Es wird gezeichnet. Am Anfang bin ich überhaupt nicht auf die Idee gekommen, dass es irgendeine Verbindung zu Jin Shin Jyutsu geben könnte. Umso überraschter war ich, nachdem ich mich für die Trainerausbildung entschieden hatte, dass es so viele Möglichkeiten einer Verbindung mit dem Strömen gibt.

Der Erfinder der Methode, Pavel Piskarev, ist auch Architekt, Psychotherapeut, Gestalttherapeut und Business Coach, er hat intensiv die TCM studiert, und so ist der Weg zu Jin Shin Jyutsu nicht weit.

Was ich auch sehr faszinierend finde ist, dass bei jedem Schritt der Zeichnung bzw. während des gesamten Prozesses immer eine Beobachtung aller drei Ebenen stattfindet. Was passiert in meinen Emotionen und Gefühlen – der 13-Ebene, in meinen Gedanken – der 14-Ebene und in meinem Körper – der 15-Ebene.

Dadurch startet eine intensive Arbeit der Selbstbeobachtung und Selbstreflexion und es ist einfach nur erstaunlich, was auf diesen Ebenen dann auch tatsächlich passiert!



CHRISTINE ESCHENBACH

Was hat sich für dich spürbar in Dein Leben verändert?

MARTINA GÄCHTER

Ich habe ein Jahr lang intensiv gezeichnet, weit über 100 Zeichnungen sind entstanden. Mein Denken ist viel freier geworden. So als ob die vielen Glaubenssätze, individuell und kollektiv, mich nicht mehr so festhalten können wie vorher. Ich bin glücklicher, leichter und sehe vor allem auch, was mit den Menschen passiert, die mit mir zeichnen. Beim neurographischen Zeichnen

schöpfen wir aus dem riesigen Potenzial des Unbewussten und lösen auf, was uns hindert unser volles Potenzial zu leben. Pavel Piskarev geht davon aus, dass ein Mensch normalerweise nur von 6 bis 9 Prozent seiner eigentlich vorhandenen Energie lebt. Zum Glück haben wir mit dem Jin Shin Jyutsu schon eine wunderbare Kunst in der Hand, mit der

wir viel davon freisetzen können. Stifte als weitere Zauberstäbe, zusätzlich zu unseren Fingern, machen meine Welt bunter, leichter und helfen mir und denen, die mit mir zeichnen, den eigenen Weg zu gehen.

Es ist eine Methode, bei der ohne oder mit wenigen Worten sehr viel passiert. Wir Therapeuten, die schon sehr viel wissen, haben es oft nicht leicht an unsere Themen heran zu kommen. Genau aus dem Grund, dass wir zu viele Infos haben.

CHRISTINE ESCHENBACH

Wann und wo bietest du Dein nächstes Seminar zu Jin Shin Jyutsu und Neurographik an?

MARTINA GÄCHTER

Derzeit vor allem online! Der Kurs zu Jin Shin Jyutsu und Neurographik beinhaltet den Basiskurs und weitere Stunden, dabei geht es um den Zusammenhang zwischen diesen beiden Künsten.

In weiterer Folge plane ich meinen Kurs „Vom Stress zu Flow“ über einen Zeitraum von circa 5 bis 6 Monaten. Er beinhaltet den Basiskurs Neurographik und das Neurographieren und Strömen der einzelnen Tiefen und Organströme. Mein Ziel ist es, dass jedem Teilnehmer am Ende viel über sein inneres Potenzial klarer wird, weil viele Einschränkungen aufgelöst wurden, vor allem aber, weil der Zugang zur universellen Energie bis in die 9. Tiefe über das Zeichnen frei werden kann!

www.martinagaechter.com

Maria Miniello - Neue 5-Tagekurs- Lehrerin

Maria lebt in Perth, Australien.

Ihre erste Einführung in Jin Shin Jyutsu war im Jahr 1998, als eine Freundin ihr das Buch "Heilende Berührung" von Alice Burmeister schenkte. Die Anziehung zu der Kunst des Jin Shin Jyutsu erfolgte augenblicklich.

Ihr ganz persönlicher Zugang: Bereits als Kleiderdesignerin arbeitete sie mit dem Körper und seiner Form. Jin Shin Jyutsu hat diesen Fokus weiterentwickelt, durch die Schichten des physischen Körpers zu arbeiten bis hin zum Kern und dann darüber hinaus bis zur Original-„Blaupause“.

Maria hat in Australien und Malaysia gearbeitet, um die Gemeinschaft der JSJ

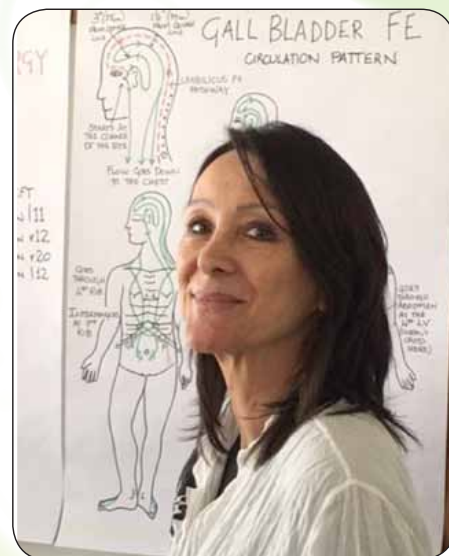
Schüler voranzubringen und organisierte Kurse und Studiengruppen.

Sie ist Mitautorin des Buchs: „Verknüpfung komplementäre Erkenntnisssysteme mit Achtsamkeitsschulung, um eine gebildete Zivilgesellschaft für nachhaltiges und gesundes Leben zu unterrichten.“

Ihr Kapitel „Jin Shin Jyutsu and Our Hands, Instrumental for a new way forward“ beinhaltet die Geschichte und die Entwicklung des Jin Shin Jyutsu, vier Fallstudien und den Beginn eines potenziellen Dialogs für die Integration der Praxis des Jin Shin Jyutsu in alle Aspekte der modernen Medizin.

Sie hat sich ein Jahr mit dem Strömen

von SES 1 befasst. Ihre persönlichen Aufzeichnungen zu ihren Erfahrungen können in der Redaktion als PDF angefordert werden.



Erster 5-Tage-Kurs in der Oststeiermark mit einem besonderen Höhepunkt am Schluss

Maria Bauernhofer, Österreich

Ein schöner Platz zum Leben, man spürt die Natur, und doch gibt es eine gute Verkehrsanbindung „St. Ruprecht an der Raab“.

Es trafen sich 40 Teilnehmer um die JSJ Physio-Philosophie durch den Vortrag von Mona Harris kennenzulernen, sie zu erfahren, zu hören und zu spüren. Die Gruppe bestand aus vielen Erstteilnehmern – „Blümchen“, doch mit einfachen Erklärungen und einer Portion bayrischem Humor konnten alle erfolgreich Pulse lauschen, Texturen hören und mit den Hilfskarten und Postern von Mona gut passende Ströme finden und umsetzen.

Trotz vieler theoretischer Informationen war die LEICHTIGKEIT DES SEINS präsent. Die

fünf Tage waren perfekt und liebevoll von Barbara Gastager organisiert. Dieses und die tolle Referentin ließen uns die Zeit vergessen.

Energie floss und Herzenswärme breitete sich aus bis zum Höhepunkt

der Verabschiedung. Denn da konnten wir alle Zeugen des offiziellen Heiratsantrags von Werner an seine Magdalena sein und uns ebenso an dieser Liebe in Harmonie und Licht freuen.



Erfahrungen mit dem Strömen von SES 13

ERIKA WENKO, Österreich

Mail: erika.wenko@hotmail.com

Begonnen hat diese Erfahrung bei meinem ersten 5-Tagekurs vor 13 Jahren (damals war ich eher schüchtern und verschlossen): Ich erhielt beidseitig den 13er Strom. Da begann ich so zu heulen, ohne zu wissen, warum. Konnte mich kaum beruhigen, ein Schmerz aus meiner Kindheit (oder noch älter?) durfte an die Oberfläche und transformiert werden. Danach war mir leichter ums Herz und am selben Abend hatte ich einzigartige Tagträume und Visionen, an die ich mich heute noch bis ins Detail erinnern kann. Es ist ein behütetes, wärmendes Gefühl der Geborgenheit. Immer, wenn ich diesen Griff – 13 Mitte und gleiche Höhe dahinter anwende oder erhalte, entsteht in mir ein Gefühl der Geborgenheit und heute denke ich: Auch die Qualität des Hauptzentralstromes wirkt mit ein: Liebevoll angeschlossen an die Quelle, geborgen und wertefrei, einfach SEIN ... ohne Bemühung... im Wissen, alles was ich brauche, ist schon vorhanden.

Als zertifizierte Case-Managerin des Sozialversicherungswesens war es eine meiner Aufgaben, Menschen – oft am

Rande unserer Gesellschaft und solche mit psychischen Projekten – zu unterstützen und zu betreuen. Eines Tages lud ich einen Klienten zu mir ein, der unter Angstzuständen bis zur Atemnot litt. Er verließ zu diesem Zeitpunkt kaum seine Wohnung, aus der Angst heraus, eine Attacke zu erleiden.

Bei der Begrüßung fiel mir auf, dass er kalte, sehr feuchte Hände hatte. In unserem Gespräch konnte ich beobachten, wie er binnen weniger Augenblicke Schweißperlen auf der Stirn bekam und er griff sich mit den Händen auf die Brustmitte, meinte er bekäme eine ihm bekannte Angstattacke. Ich fragte, ob ich ihn berühren dürfe und bat ihn, ruhig und stetig weiterzuatmen. Ich hielt ihm die 13 Mitte und BW 5 und atmete mit ihm für ein paar Minuten. In meinen Fingern spürte ich die Verspannung im Brustkorb (Atemnot) dahinschmelzen. Er lächelte und die Schultern durften sich sichtbar senken. Der Atem war ruhig, die Angst keine Luft zu bekommen schwand. Seine Worte: er erlebe ERSTMALS seit Jahren die Zuversicht, keine Angst vor Atemnot zu haben. Die Muskeln im Brustkorb entspannten sich für ihn stark fühlbar und er fühle sich in diesem Griff geborgen.

Da er gelenkig ist, kann er den Griff auch als Selbsthilfe anwenden, was für ihn ein Wiedererlangen von Lebensqua-

lität bedeutet. (Er rief mich nach zwei Monaten an.)

ERIKA PUSSWALD, Österreich

Mail: erika.pusswald@gmail.com

Während des 5-Tagekurses in Österreich/St., Ruprecht/R – Unterfladnitz mit Mona Haris machte ich nach einer Strömbehandlung folgende interessante Erfahrung mit dem SES 13:

Beim praktischen Üben wurde ich gleichzeitig von zwei Personen geströmt. Eine Person machte den 9er Strom und die andere Person den 5-6-7-8-Strom. Während der Behandlung wurde mir ein bisschen flau im Bauch und als ich danach aufstand, war ich schwindelig und benommen. Erika Wenko bemerkte das, wandte sich zu mir und sagte: „Ich habe das Gefühl, ich sollte Dir die 13 halten, damit Du Dich dann wieder besser fühlst.“ „Ja bitte“, sagte ich und sie hielt eine Hand auf mein SES 13 und mit der anderen Hand den 5. Brustwirbel am Rücken.

Es dauerte kaum zwei Minuten und ich war wieder vollkommen fit, es fehlte mir nichts mehr. Als Mona Harris über das SES 13 lehrte, sagte sie, dass es auch gegen Übelkeit hilft. Interessant, wenn ich es nicht selbst erlebt hätte, würde ich in dem Zusammenhang nie an das SES 13 denken.

Eine numerologische Forschungsreise zu den „Sicherheits“Energieschlössern der Finger

Juiletta Jebens-Theimer, München

Mail: kontakt@lebensenergiefluss.de, www.jinshinjiyutsu-muenchen.de

Vor 23 Jahren, im April 1997, damals war ich 39 Jahre alt, erlitt ich einen schweren Unfall.

Dieses Ereignis stürzte mich in eine Lebenskrise, die nur mit einem täglichen Tablettencocktail, davon jede Menge Schmerzmittel, zu ertragen war. Mit 40 Jahren erklärten mir die Ärzte, nichts mehr für mich tun zu können. Die amtliche Bestätigung, 100% schwerbehindert und berufsunfähig zu sein, empfand ich damals als bittere Niederlage. Ich begab mich auf die Suche nach alternativen Heilmethoden.

Vor 10 Jahren, im April 2010, kehrte ich, nach einer Krebs- und Stammzellen Therapie, aus dem Krankenhaus zurück nach Hause. Eine Cranio-Sacral-Therapeutin, bei der ich zu dieser Zeit in Behandlung war, gab mir das Buch von Waltraud Riegger-Krause „Die Kunst der Selbstheilung durch Auflegen der Hände“. Sie machte mir damit das Geschenk meines Lebens.

Kaum war ich ein wenig zu Kräften gekommen, begann ich zu lesen und staunte über die Einfachheit der Anwendung. „Natur – die Mühelose Wirklich-

keit“. Ich hielt täglich meine Finger und Handflächen und strömt die Selbsthilfe des Zentralstroms sowie der Betreuer- und Vermittlerströme

Das Leben begann! Jetzt wurde Jin Shin Jyutsu, die „Kosmische Kunstlose Kunst“, mein täglicher Begleiter. Den Tabletten-Cocktail brauchte ich nicht mehr, die Schmerzmittel konnte ich auf eine kleine Dosis reduzieren.

Heute, im Jahr 2020, blicke ich auf eine oft sehr anstrengende Zeit zurück, mit Höhen und Tiefen, in der ich ausschließlich durch Jin Shin Jyutsu die Folgen meiner Projekte lindern und heilen konnte und kann.

Seit 10 Jahren handle ich – mit Erfolg – nach Mary Burmeisters Worten: „Die tägliche Anwendung der ein-

	Tiefe	SES	Summe	QS 1	QS 2	Summe 1 aus Summe, QS 1, QS 2	QS 3	Summe 2 aus Summe, Summe 1, QS 1-3	QS aus Summe 2	Ergebnis
Daumen	1	21-19-9-1-16	66	12	3	81	9	171	9	9
Zeigefinger	4	22-11-10-8-5	56	11	2	69	15	153	9	9
Mittelfinger	3	12-3-13-25-6	59	14	5	78	15	171	9	9
Ringfinger	2	4-17-14-2-7	44	8	8	60	6	126	9	9
Kleiner Finger	5	20-18-23-15-24	100	1	1	102	3	207	9	9
Summe			325	46	19	390	48	828	18	9
Quersumme			10	10	10	12	12	18	9	9

SES = „Sicherheits“-Energieschlösser; QS = Quersumme
© Julietta Jebens-Theimer

fachen Sequenzen ist es, die Erfolge erzielt und unsere Geduld entwickelt. Die Sequenzen zwar zu kennen, sie aber nicht anzuwenden, bleibt hingegen fruchtlos.“ (Selbsthilfebuch 1, S. 9)

DIE „SICHERHEITS“-ENERGIE-SCHLÖSSER DER FINGER

Seit längerem spielen meine Gedanken mit den Energieschlössern an den Fingern bzw. den Zahlenreihen und deren numerologischen Bedeutungen.

Betrachtet man die Finger und deren „Sicherheits“-Energieschlösser (SES), so stellt man fest, dass die Summen und Quersummen aller Finger immer die Zahl „9“ ergeben. (s. Tabelle)

Mary Burmeister sagt: „9“ kam ins Universum mit der Bedeutung: Ende eines Zyklus ist Anfang eines neuen; jedes Ende ist der Same eines neuen Anfangs, die Grundlage des Fundaments.

Ich bin die Vergangenheit.

Ich bin die Gegenwart.

Ich bin die Zukunft.

Ich bin.

(Mary Burmeister, Zweites Buch)

Nach dem Strömen aller Finger der 1. bis 5. Tiefe (linke oder rechte Hand), betrachten wir den letzten Schritt, das Strömen der Handfläche.

Die 6. Tiefe in der Handfläche verbindet uns wieder mit dem Licht der 7. Tiefe und über das SES 26 (QS 8) mit der Quelle aller Quellen, der 8. Tiefe, die uns zurückführt zur „9“ - „...Same eines

neuen Anfangs, ...“. „9“ ist allumfassend.

Danach beginnen wir mit dem Daumen der zweiten Hand, 1. Tiefe, SES 1.

„Alle Schöpfung entspringt aus Einheit“. (Mary Burmeister, Zweites Buch)

UNSERE FINGER UND HÄNDE SIND „STARTHILFEKABEL“ UND LEBENS-BATTERIE.

Folgende Worte von Jiro Murai haben mich von Anfang an fasziniert, ohne dass ich ihre Komplexität im Geringsten erahnte: „Mit der Zeit wirst du das nicht geheime Geheimnis der Kraft, die in Bewusstsein und Verständnis von Daumen und Fingern steckt, erkennen. Alle Disharmonien können durch sie harmonisiert werden.“ (Mary Burmeister, Drittes Buch, S. 4)

Heute bin ich Praktikerin und Selbsthilfelehrerin und habe mit Jin Shin Jyutsu mein Glück gefunden. Spätestens seit meinem Studium der Astrologie (2014) beginne ich die Bedeutung der Numerologie besser zu begreifen und die Zusammenhänge noch ganzheitlicher zu erkennen.

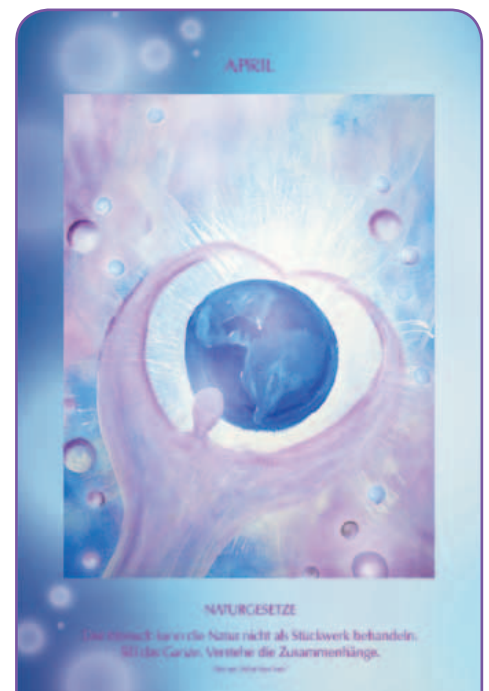
„JIN SHIN JYUTSU ist wirklich die Kunst des Glücklichen, die Kunst der Langlebigkeit, die Kunst der Güte. Es ist die Kunst des Schöpfers für MICH ganz persönlich,

Die Kunst

MICH SELBST KENNEN,

(mir helfen) ZU LERNEN.“

(Mary Burmeister, Erstes Buch S.2)



Das Thema der Zeit auf den Punkt gebracht:

„Der Mensch kann die Natur nicht als Stückwerk behandeln. Sei das Ganze. Verstehe die Zusammenhänge.“

Mary Burmeister

Aus dem Engelkalender 2020 unserer JSJ-Kollegin Renate Baumeister

Mensch sein – Sicherheitsenergieschloss 5

Matthias Bergmann, berlin@jin-shin-juutsu.de

ERNEUERUNG

Der Nierenstrom geht durch SES 5. Die Nieren sind der Sitz der Erbenenergie oder Konstitution, die ich von meinen Eltern mitbekommen habe. 5 hilft mir alte Gedanken und Gewohnheiten abzulegen und das Neue aufnehmen.



VITALITÄT STATT ANGST

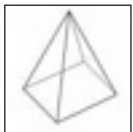
Sind die Nieren stark, fühle ich mich voller Vitalität.

Angst dagegen schwächt die Nieren. Ein 5er-Symbol ist das Fünfeck, das Pentagon. Ein Verteidigungsministerium wie das Pentagon in den USA entsteht auf Grund von Angst.

Die Winkel im regelmäßigen Fünfeck betragen 108°. In vielen Kulturen ist das eine heilige Zahl, zum Beispiel haben die Gebetsketten im Buddhismus, Hinduismus und bei den Rosenkreuzern 108 Perlen.

MENTALER SPEZIALIST

Bist Du skeptisch? Dann hilft dir der Psychologe. Die SES 5 bis 8 haben einen gemeinsamen Strom und helfen alle meinen Verstand zu entspannen und meine Ideen zu verwirklichen, also auf die Erde zu bringen, denn diese vier Schlösser liegen am Fuß und am Knie.



DER MENSCH IN LIEBE

Die 5 ist die Zahl des Menschen und des Individuums. Ein weiteres 5er-Symbol ist die Pyramide.

Sie symbolisiert, dass der Mensch (1 - der Punkt an der Spitze) sich über die Materie (4 - das Quadrat) erhebt und einen höheren Standpunkt einnimmt. Ich verbinde persönliches und universelles Bewusstsein. Wenn ich es schaffe diesen höheren Standpunkt einzunehmen, wird es leichter für mich meinen Weg und den göttlichen Sinn in allem zu finden. Daraus ergibt sich die Fähigkeit zur Liebe.

Die 4 ist die Zahl der Materie, so wie die 4 Räder eines Wagens ihm seine Stabilität geben. Nehme ich meinen

Platz als göttlicher Mensch ein, werde ich zum Steuerrad, ansonsten werde ich das fünfte Rad am Wagen sein.

Die 5 steht in der Mitte der Zahlenreihe und so ist der Mensch auch der Mittler zwischen Erde (1, 2, 3, 4) und Himmel (6, 7, 8, 9)

Die Alchemisten suchten immer nach der Quintessenz, dem fünften Element, auch Äther genannt, das mich aus der Materie in mein göttliches Menschsein hebt.



GÖTTLICHE ORDNUNG

Ein drittes Symbol ist der fünfzackige Stern, das Pentagramm, welches, wenn es aufrecht steht, ein Symbol

der Heilung und der göttlichen Ordnung ist. Pythagoras sagte, die 5 sei die Zahl der endgültigen Heilung, denn wir brauchen dafür die 4 Elemente der Materie plus den Geist. Die 5 war für ihn das Erkennen des göttlichen Sinns in allen Dingen und er nannte das Pentagramm Hygieia, also Gesundheit. Der Kreis ist das Symbol der Einheit Gottes und auch das altägyptische Zeichen für 5. Der Stern ist ein Symbol für den Menschen. Ich denke da an die Zeichnung von Leonardo da Vinci. Ist die Spitze nach oben gerichtet, symbolisiert es die Einheit und den stehenden Menschen. Wird das Symbol umgedreht, zeigen zwei Spitzen nach oben und das symbolisiert die Dualität und den Gehängten (12. Tarotkarte). Darum wird das Pentagramm auf dem Kopf stehend auch als schwarzmagisch bezeichnet. Die 5 bringt Einheit und Dualität zusammen.



DIE 5 IM MANGEL

Ich leide unter Panik oder Angst zum Beispiel vor allem Neuen und Unbekannten, ich habe Existenzängste und auch konkrete Ängste vor Krankheiten,

vor dem Tod, vor Tieren, vor dem Dunklen und Höhenängste. Es fällt mir schwer alte Gewohnheiten abzulegen und ich halte mich am Bekannten fest. Ich denke viel und bin nicht geerdet - Skeptiker.



DAS WARTEN

Das 5. Hexagramm im I Ging bedeutet, voller Begeisterung und Entschlossenheit zu sein und sich einer schöpferischen Pause hinzugeben, da die Zeit zum Handeln noch nicht gekommen ist. Dabei hilft es mit anderen zu reden, geduldig zu sein und nicht aufzugeben, sondern die Pause zu genießen. Der Erfolg kommt zur richtigen Zeit wie von ganz alleine.



DER HIEROPHANT

Er ist der „Enthüller der heiligen Geheimnisse“ Er war erster Priester im Demeter Tempel. Der Hierophant hatte die Aufgabe, den Eingeweihten die Geheimnisse der

Heiligtümer zu zeigen und auszulegen. Er enthüllt intuitiv die heiligen Dinge. Er ist der innere spirituelle Lehrer, der die Verbindung zwischen Erfahrung in der Materie (4) und innerer Erleuchtung (1) herstellt. Ein Priester hieß früher Pontifex – Brückenbauer.

In der griechischen Mythologie geht es um Chiron, König der Kentauren, der sehr weise und spirituell ist und darum zum Geist hinauf strebt, um zu verstehen, was Gott mit uns vorhat. Er ist auch der verwundete Heiler, der durch seine eigenen Schmerzen die Leiden anderer verstehen kann.

Der zugeordnete hebräische Buchstabe ist VAV. Er bedeutet

Vereinigung: Ein Nagel, der hilft Bild und Wand zu verbinden. Entspricht dem Wort „und“, welches Satzteile zusammen bringt. Vereinigung heißt



auf Sanskrit Yoga. Beim Yoga geht es darum das persönliche mit dem universellen Bewusstsein zusammen zu bringen und dadurch die Realität jenseits der Dualität zu erkennen.

Die Lebenskraft wird sich trotz offensichtlicher Hindernisse durchsetzen, um das große Werk zu vollenden.

Hören ist die Sinnesfunktion. Die Sprache verbindet uns miteinander. Die 5 hilft mir auf meine Intuition, also die Offenbarungen meiner inneren Stimme, zu hören.

ZWILLINGE UND MERKUR

Astrologisch ist SES 5 im Jin Shin Jyutsu das Zeichen Zwillinge zugeordnet. Dazu gehören der Merkur und der Magenstrom.

Das Zeichen Zwillinge steht für Neugier.

Merkur steht für direkte und wahrhaftige Kommunikation. Er will verstehen, ist neugierig und ein Nimmer-

satt, wenn es darum geht Kontakte zu knüpfen.

Der Magenstrom verdaut alles, was mit Merkur aufgenommen wurde und ernährt mich dadurch.

In der traditionellen Astrologie wird der 5 der Stier zugeordnet. Zu ihm gehören die Venus und der Dickdarmstrom.

Körperlich regiert der Stier den Hals. Dieser verbindet das Denken im Kopf mit dem Fühlen im Bauch und im Herz miteinander. Er ist beim Stiernacken verspannt.

TCM

In der Nähe von SES 5 liegt der Punkt Niere 6. Er heißt „leuchtendes Meer“ und wird benutzt für den Stoffwechsel, Gelenke und hormonell bedingte Projekte wie Migräne oder PMS.

ANDERE 5ER SCHLÖSSER

Alle 5er helfen mir mich zu regenerie-

ren und meine Ängste anzuschauen und zu harmonisieren.

• 14: Mein Wille geschehe. Wie stehe ich in der Welt und löst die Welt Ängste in mir aus? Ich fühle mich genährt.

• 23: Angst in allen Varianten, die von den Eltern ererbte Energie sitzt in der Niere. Ich bin mit dem menschlichen Schicksal im Fluss.

KÖRPERLICH

Schauen wir uns die Reflexzonen der Füße an, finden wir an der 5 Uterus, Prostata, Blase, Harnröhre, Schambeinfuge, Enddarm, After und Beckenboden.

Durch die 5 fließen die in den Zehen beginnenden aufsteigenden Organströme der Niere, Milz und Leber. Diese 3 Ströme regenerieren den Körper und sind hilfreich besonders bei schweren Projekten und für das Blut. Probiert es mit der 16 zusammen, um das Hören (der Niere zugeordnet) zu verbessern.

Wir rücken näher zusammen

Trotz physischer Distanz können wir uns strömend nah sein. Viele verabreden sich derzeit zum virtuellen gemeinsamen Strömen.

Hier zwei Beispiele:

Jin Shin Jyutsu Schweiz, der Verein, der am 21.3.2020 hätte gegründet werden sollen, lädt bis auf Weiteres zum Strömen täglich jeweils um 21 Uhr ein, überall dort, wo jeder gerade ist, die große Umarmung mit 36 bewussten Atemzügen zu strömen. Die Übung wird kontinuierlich nach Bedarf angepasst.

Von Eva Hackl und Johanna Urmoneit kommt der Vorschlag, dass wir uns ab kommender Woche jeden Mittwoch (25.3., 1.4. und 8.4.) um 18.00 Uhr und jeden Samstag (28.3., 4.4. und 11.4.) um 11 Uhr für ca. eine Stunde zu einem gemeinsamen Strömen der Fingersequenzen „treffen“. Jede/r von uns strömt zu Hause für sich. Wir halten die Fingersequenzen wie in

SH-Buch 1, Seite 22 bis 37 dargestellt, zuerst für die eine und dann für die andere Hand und bleiben in jeder Position



Heiler, von Renate Baumeister

für 12 Ausatmungen. Dann kommen wir insgesamt auf 360 Ausatmungen. Wir harmonisieren unsere Einstellungen – und unsere gemeinsame Energie potenziert sich.

Angeichts der Situation, die sich langsam aufhellt, möchte ich die von mir jedes Frühjahr angebotene JSJ-Augen-Kur frei zur Verfügung stellen. Es ist gut, seinen Sehsinn zu klären bis wir mehrheitlich die Schönheit der Schöpfung sehen und bewahren können, geschürte Ängste unser Urteilsvermögen nicht mehr vernebeln und wir über einen liebenden Blick die Kraft, den Mut und vor allem den Durchblick finden, zu ändern, was längst geändert werden muss.

<https://elopage.com/s/Naturheilkunde-Eschenbach/augenkur-2020>

Es gibt noch viele weitere lokale Aktionen von Jin Shin Jyutsu-Praktikerinnen. Informiert euch bei euch vor Ort oder im Netz, wie ihr euch dem gemeinsamen Strömen anschließen könnt.“

Eure Christine Eschenbach

JSJ MIT TIEREN TEILEN



Ich
erinnere
mich lebhaft
daran, wie
ich mich neben
meinem süßen und sehr

kranken Collie-Hund auf dem Küchenboden zusammengerollt habe, ihm helfen wollend und eine Sitzung mit ihm teilen wollend. Ich hatte keine Ahnung, wie ich ihm das mitteilen oder wie ich anfangen sollte. Ich hatte einfach nicht das Vertrauen, dass ich das „Gewusst-wie“ hätte, um ihm zu helfen, obwohl diese Kunst mein Leben gerettet hatte. Nach Jahren des Versuchens, ihm mit vielen Arten westlicher und auch alternativer Medizin zu helfen, hatte sich sein Zustand so weit verschlechtert, dass ich mich aus Liebe auf den Boden legte und teilen wollte, woran ich glaubte, auch wenn ich scheinbar nicht wusste, wie das geschehen könnte. Ich erinnere mich, dass ich gedacht habe: „In dieser Arbeit dreht sich alles um den Atem. Wie erkläre ich ihm, sich auf das Ausatmen zu fokussieren damit er loslassen und dann alles empfangen kann, was er zum Heilen braucht?“ Mir ist aufgefallen, dass dies genau das ist, was der Ankerschritt des 13er Stromes (SES 13 in der Mitte des Brustbeins und SES 10 auf der Wirbelsäule) bereits tut. Ich wechselte langsam vom Streicheln meines lieben Hundes zum sanften Halten dieser beiden Stellen, während ich mich auf meinen eigenen Atem fokussierte. Und langsam geschah ein Wunder ... „In wenigen Augenblicken mehr oder weniger ...“ vertiefte sich sein Atem und eine neue Welt öffnete sich für uns. Dieser weise Hund, der so lange von Tierärzten untersucht und mit Spritzen und Infusionen behandelt worden war, sah mir einfach in die Augen und sein Blick sagte mir, dass er mir vertraute, ihm zu helfen. Während der anschließenden

täglichen Sitzungen erlebte ich zum ersten Mal, was Mary die „ungehinderte Kommunikation mit dem Schöpfer“ nannte.

Es gibt Herausforderungen im Teilen von Jin Shin Jyutsu mit Tieren, wie, dass sie unsere Sprache nicht sprechen und die Tatsache, dass es oft nicht angebracht ist, eine Tiersitzung mit dem Hören von Pulsen zu beginnen. Was ich über die Jahrzehnte der Arbeit mit Tieren gelernt habe, ist, dass ich deshalb tiefer in das VERTRAUEN der Arbeit und in meine Fähigkeit eintauchen muss zu „SEIN mit diesem Wesen in dieser sanften und liebevollen Kunst“. Diese Fähigkeiten haben wiederum meine Fähigkeit verbessert, ebenso mit Menschen zu arbeiten. Die Reise, ruhig und zentriert genug zu werden, damit Tiere sich glücklich dafür entscheiden können, Berührungen auf eine Weise anzunehmen, die sie manchmal zunächst nicht verstehen, hat mich so viel darüber gelehrt, wie ich diese Arbeit mit Menschen teilen kann. Nachdem ich etwas mehr als 30 Jahre mit dieser Kunst gespielt und sie gelebt habe, bemerke ich, dass ich jetzt so wenig wie möglich über die Arbeit erkläre, bevor ich eine erste Sitzung mit einem neuen menschlichen Kunden teile. Ich glaube, dass die Energie und der Ton hinter den Worten, die ich teile, vielleicht noch wichtiger sind als die verbale Erklärung, genau wie bei Tieren. Ich bin dankbar für das Privileg, einen Einblick in das wahre energetische Selbst eines Wesens zu bekommen, während es auf eine Sitzung mit Veränderungen reagiert, die in seinen Pulsen, Einstellungen und seinem Körper auftreten. Es ist, als würde man in die persönlichste Art von Intimität eingeladen. Ich habe dies zuerst bei Tieren bemerkt und es führte mich tiefer in das Verständnis und Vertrauen dessen, was ich mit Menschen fühlte.

In einem Kurs, den ich kürzlich unter-

richtete, diskutierten einige meiner Schüler und ich darüber, wie die Arbeit mit den Tieren ihre Arbeit mit den Menschen beeinflusst hatte. Im Folgenden sind einige ihrer Gedanken aufgeführt ...

MARY LUTON

Nachdem ich begonnen hatte, Jin Shin Jyutsu-Sitzungen mit Tieren zu teilen, änderte sich die Art und Weise, wie ich die Kunst erlebte, völlig. Zuvor, während oder nach einer Sitzung mit Menschen, suchte ich nach einer mündlichen Bestätigung, dass unsere Sitzung erfolgreich war. Als meine Sitzungen mit Tieren häufiger wurden, wurde mir klar, dass ich nicht mehr das gleiche Maß für den Erfolg verwendete. Die Dinge hatten sich vereinfacht, es gab weniger Fragen im Kopf, keine Gespräche über das Projekt und mehr Vertrauen in die Hände. In diesen Momenten der Stille wurde der Körper lebendig. Es ließ das leise Gurgeln, leichte Zuckungen oder Gähnen bemerkbarer werden und verwandelte mich in ein präsenteres Wesen.

Viele meiner Erfahrungen mit Tieren hatte ich mit geretteten und nicht domestizierten Tieren gemacht. Die Stille fordernd, um mich diesen Tieren zu nähern, ist die Selbsthilfe-Zentrierung zu meinem ständigen Begleiter geworden.



Charly wird von Mary geströmt (SES 10 u.13)



Das Pferd wird zu Marys Assistent

Die Wirkung dieser einfachen Kunst auf meine Fähigkeit, präsent zu sein und mit den Tieren zu harmonisieren, hat mich tiefer in das Studium von JSJ geführt. Durch die Arbeit mit den Tieren entstand Raum für die Selbst-Pflege. Wegen dieser Tiere möchte ich mein Bestes in den Vordergrund stellen und dank Jin Shin Jyutsu habe ich die Selbsthilfe-Werkzeuge, um genau das zu tun.

CARY VOORHEES

Bob war das Pferd meines Lebens. Wir sind 24 Jahre lang zusammen durchs Leben geritten. Er war eine wunderschöne Mischung aus Appaloosa und Arabern. Er war groß, sportlich und stark. Er war ein geschmeidiges Reitpferd, es sei denn, er geriet in Panik ... Er geriet manchmal in Panik, wenn er mit einer Gruppe von Pferden ritt, oder bekam einfach so große Angst vor etwas, dass er seinen Kopf in meine Brust drückte und zitterte. Bei anderen Begebenheiten fühlte es sich an, als würde er vor Angst explodieren. Da ich Jin Shin Jyutsu noch nicht kannte, lernte ich, dass ich mich sofort selbst erden musste, um nicht Angst zu haben nur weil er Angst hatte. Ich legte dann meine Hände auf ihn, beginnend an den Schulterblättern, und bewegte mich über Schulter, Nacken, Brust und Bein, bis meine Hände um seinen Huf waren. Dann das hintere Ende, Hüften, Rumpf, die Beine hinunter zum Huf. Ich habe das jeweils dreimal an jedem Bein gemacht. Mir ist jetzt klar, dass ich fast jedes SES an seinem Körper berührt habe. Er hat sich jeweils beruhigt, als wäre er wieder in seinem Körper, und dann konnten wir weitermachen - nicht immer perfekt, aber definitiv besser.

Jetzt, wo ich Jin Shin Jyutsu bei Tieren anwende, werde ich aufgeregt ... Ich kann es kaum erwarten, ihnen meine Hände aufzulegen und möchte ihnen „helfen“. Das passiert, wenn Ego mir in den Weg kommt. Tiere haben eine großartige Art und Weise, das was sie wahrnehmen widerzuspiegeln, und es ist demütig, von ihnen zu

lernen. Ich versuchte einen Weg zu finden, mich zu erden, präsent und ruhig zu sein, bevor ich mich einem Tier näherte. Ein Gebet sprechen? Hat mich nicht geerdet ... mich selbst strömen? Ja, aber ich kann es beschleunigen ... Dann dachte ich an Bob und ich hatte die Idee: ich benutze jetzt seinen Namen und seine Essenz, um mich daran zu erinnern „Be Of Breath“ „Sei vom Atem“. Es ist das SEIN mit einem Tier oder einer Person, welches die Tür zur Harmonie öffnet. Keine Erwartungen und keine Ergebnisse. Das Anwenden von JSJ mit Tieren hat mir erlaubt, mehr Geduld und Präsenz als Praktizierende mit Menschen zu erfahren. Ich werde immer daran erinnert, in der Einfachheit zu bleiben, zu atmen und zu SEIN.

BARBI MCDERMOTT

ist Dipl. Krankenschwester auf der Intensivstation für Neugeborene

Ich liebe es, Jin Shin Jyutsu-Praktikerin für Menschen zu sein. Aber als ich Jin Shin Jyutsu-Praktikerin für Tiere wurde, lernte ich, wie wichtig es ist, während jeder von mir angebotenen Jin Shin Jyutsu-Sitzung flexibel und geduldig zu sein. Und es half mir, während der Sitzungen mit allen Wesen „tanzen“ zu lernen.

Verstehen Sie, Tiere melden sich weder für eine Sitzung von JSJ an, noch stehen, sitzen oder liegen sie während einer Sitzung still. Stattdessen praktizieren sie einfach die Kunst des Seins ... Wer sie sind, wo sie sind. In jedem Moment. Als Tier-Praktikerin habe ich während dem Teilen von Jin Shin Jyutsu mit einem Tier aus erster Hand gelernt, dass es sehr gewinnbringend ist, geduldig und flexibel

mit jeder Facette der Erfahrung umzugehen. Das bedeutet, nicht nur muss ich selbst zentriert und ausgeglichen sein, ich muss auch den Tieren die Möglichkeit geben, still zu kommunizieren; indem ich ihre Bewegungen und Verhaltensweisen fühle, beobachte und respektiere, während ich ihnen eine praktische Sitzung anbiete. Tiere sind so empfänglich für Energiearbeit, dass sie entweder bleiben und die Sitzung genießen oder sie gehen einfach weg, wenn sie in diesem Moment nicht empfangen können. So lerne ich durch die Sitzung hindurch „mit dem Tier zu tanzen“, von Moment zu Moment, wandelnd und mich an jede ihrer Bewegungen anzupassen. Ich gehe auf ihre Bedürfnisse ein während sie die sanfte Berührung einer JSJ-Sitzung annehmen.

Nachdem ich gelernt habe „zu tanzen mit den Tieren“ und festgestellt habe, dass kleine Säuglinge, wie auch die Tiere, nicht für eine vollständige JSJ-Sitzung still bleiben können, begann ich, diese „Kunst des Tanzens“ mit den Frühgeborenen auf der Intensivstation für Neugeborene, wo ich arbeite, zu teilen. Sie brauchen es ebenso, dass ich geduldig und flexibel bin, in der Zeiteinteilung und mit den Hand- und Finger-Platzierungen, während sie die Kunst des Seins dessen, wer sie im Moment sind, praktizieren.

Termine

Bitte erkundigt euch zeitnah bei den Organisatoren, ob die Kurse stattfinden können

**26. - 28. Juni 2020
in Limburg /D**

Organisatorin: Ellen Schäfer,
Mail: ellen-schaefer@gmx.net,
mobile +49. (0)1522 / 9558420

**1. - 5. Juli 2020
in Landquart /CH**

Organisatorin: Sonja Müller,
mail@sonjamueller.ch,
mobile +41 (0)79 716 72 86

Weitere Informationen können im Europa-Büro Bonn erfragt werden.

DEUTSCHLAND

BERLIN

Brigitte Hofmann, Emdener Str. 38, 10551 Berlin,
Tel.: 030-3963114, E-Mail: brigitte@alberts-hofmann.de
Susanne Hugo, Seelingstraße 30, 14059 Berlin,
Tel: 0179 559 48 48 E-Mail: susanne_hugo@antiquaimages.com
Dorit Gade, Wilsnacker Str. 43, 10559 Berlin,
Tel: 0176 436 447 72, E-Mail: d-gade@gmx.de

BAYREUTH

Barbara Rottmann, Dr.-Landgraf-Str. 8, 96142 Hollfeld
Tel.: 09274 80348, E-Mail: rottmann.barbara@web.de
Kati Wehrfritz, Jöslein 19, 95512 Neudrossenfeld
Tel.: 09203 688 094, E-Mail: snow.ride@t-online.de

BONN

Ute Xander, Lipschitzstr. 3, 53121 Bonn, Tel.: 0228-36037313,
E-Mail: u.xander@gmx.de

RAUM BREMEN - HELLWEGE

Marlis Schaklewski, Bahnhofstr. 14, 27367 Sottrum,
Tel.: 04264 370424, E-Mail: jsj-hellwege@gmx.de

DÜSSELDORF

Gabriela Zenker, Helmholtzstr. 20, 40215 Düsseldorf,
Tel.: 0211-153742, E-Mail: jsj.hpzenker10@gmail.com

RAUM FRANKFURT

Dorothea Gnewikow, Seefeld 25, 63667 Nidda Tel.: 06043 982500
Simone Zöller, Kaiser Karl Straße 18, 63500 Seligenstadt,
Tel.: 06182/9933849, E-Mail: JSJ.zoeller.genwikow@web.de

FREIBURG

Franziska Kromer, Jahnstr. 22, 79117 Freiburg,
Tel.: 0761-701168, E-Mail: jsjfreiburg.orga@googlemail.com
Anne Gerspacher, Luisenstr. 1, 79539 Lörrach
07621-5507478, anne.gerspacher@gmx.de

HAMBURG

Steffi Severs, Erdmannstr. 1 B, 22765 Hamburg, Tel.: 040-397232,
E-Mail: jsj-orga-hamburg@t-online.de

RAUM HEIDELBERG

Aino Meinhardt, Industriestraße 55, 69245 Bammatal,
Tel.: 06223 862620, Funk: 0179 3992050, E-Mail: ainomeinhardt@gmx.de

BEI CRAILSHEIM

Eika Bindgen, Tempelhof 3, 74594 Kreßberg, Tel.: 07957-9239030,
E-Mail: eika.bindgen@schloss-tempelhof.de

ISNY/ALLGÄU

Helga Geggerle und Josef Schrott, Schulstr. 15,
88167 Gestratz, Tel.: 08383 1092, Fax: 08383 922730,
E-Mail: jsj.isny@email.de und josef-schrott@t-online.de

MARBURG

Iris Marquardt, Marbacher Weg 15, 35037 Marburg,
Tel.: 06421-25084, Email: iris@kraemissimo.de

MÜNCHEN

Gabriele Scheiterbauer, Bahnstr. 36, 82131 Stockdorf,
Tel./Fax: 089 89530567, E-Mail: scheiterbauer.jsj@gmail.com

OLDENBURG / OSNABRÜCK

Anke Oltmann, Schnatgang 54, 49080 Osnabrück,
Tel: 0541 6854302, E-Mail: info@jsj-ist.de
Martina Kaiser-Kühnemund, Neuenhünorfer Str. 28,
27804 Berne, Tel: 04406 920188, E-Mail: stroemen@gmx.de
Ute Burrichter, Schreberweg 5, 26127 Oldenburg,
Tel: 0441 3046343, E-Mail: manfred-burrichter@t-online.de

POSTMÜNSTER

Theresia und Katharina Griebel, Thurnstein 5, 84389 Postmün-
ster, Tel.: 0160-96857114, E-Mail: info@im-regenbogengarten.de

RAVENSBURG

Gisela Wache, L.-v.-Beethovenstraße 7, 88214 Ravensburg,
Tel.: 0751 26871, Fax: 0751 35294316, E-Mail: jsj.giselawache@gmx.de

RAUM REGENSBURG

Denise Tornes-Bauer, Zum Ammersbach 9, 94333 Geiselhöring,
Tel. 09423 943403 Funk: 0157 53704408 E-Mail: jsj.denise@t-online.de

SCHONGAU

Maria Hoffmann und Andreas Hoffmann, Lindenweg 4,
86978 Hohenfurch, Tel.: 08861 8785, Fax: 08861 9309889,
E-Mail: Hoffmann.Maria@t-online.de, hoffmannandi@gmx.de

CHIEMGAU / BAYERN

Christa Steinbacher, Am Wetterkreuz 1, 83362 Surberg,
Tel.: 0861 12804, E-Mail: christa.steinbacher@web.de
Susi Mikeleit-Dzial, Am Marterweg 1a, 83355 Erlstätt,
Tel.: 0861 1664113, E-Mail: susijsj@web.de

SINGEN

Karin Weick und Andrea Kropat, Schneckenweg 1, 78244
Gottmadingen, Tel.: 07731-73191, E-Mail: karin.weick@t-online.de

JIN SHIN JYUTSU

SELBSTHILFELEHRER UND PRAKTIKER

Selbsthilfelehrer und Praktiker finden sich jeweils einzeln
und als Hauptpunkt auf der Homepage:
www.jinshinjyutsu.de.

Dort kann man sie nach Postleitzahlen sortiert finden und
sich auch neu eintragen. Für den Eintrag geht man dann
entsprechend auf „Selbsthilfelehrer“ bzw. „Praktiker“ und
dann auf „Neues Profil anlegen“.

Voraussetzungen für die Eintragung in die Datenbank:

1. Der erste 5-Tage-Kurs muss mind. 18 Monate zurückliegen.
2. Es müssen mind. drei 5-Tage-Kurse belegt worden sein.
4. Für den Eintrag als Selbsthilfelehrer ist die vorherige Teilnahme an einem Living the Art-Kurs Voraussetzung.
3. Alle zwei Jahre sollte mind. ein offizieller Jin Shin Jyutsu Kurs aus dem offiziellen JSJ-Programm belegt werden.

Informationen zur Nutzung:

Die Nutzung dieses Dienstes beträgt pro Jahr € 20,52 (Praktiker) bzw. € 30,94 (Selbsthilfelehrer) und muss vor Nutzung im Voraus beglichen werden. In die Datenbank können Name, Adresse, Emailadresse, Telefon und Fax eingegeben werden. Bilder können ebenfalls ins Netz gestellt werden.

Bei Fragen hierzu steht das Europa-Büro gerne zur Verfügung.

JIN SHIN JYUTSU - ORGANISATOREN

SONTHOFEN

Luisa Schiebel, Gindels 7, 87549 Rettenberg,
Tel.: 08327 930852 E-Mail: jsjluisa@t-online.de

STUTTGART

Susanne Bott, Kirchheimer Str. 92, 70619 Stuttgart
0711-23108052, info@jsj-stgt.de

WÜRZBURG / SCHWEINFURT

Diana Schneckenberg, Urlauber Weg 6, 63637 Jossgrund-Lettgenbrunn
Tel.: 06059 9069285, E-Mail: info@laechelnde-raeume.de

Katharina Hornung, Krumme Gasse 29, 97421 Schweinfurt, Tel.: 09722 4826, Mobil: 0160 555 2858, Fax: 09721 675778, E-Mail: info@jsj-franken.de

WITTEN

Rosalie Buschulte, Am Wilshause 31, 58300 Wetter
Tel.: 0049 (0)2335 8471578, Email: ros.buschulte@gmail.com
Martina Schäffner, Ludwigsdorfer Weg 8, 42699 Solingen
Tel.: 0049 (0) 212 2680037, Email: ma-scha-la@gmx.de

BELGIEN

Maurice Weltens und Roberte Weltens-Nivelle,
Steenhovenstraat 57, B-3530 Houthalen,
Tel./Fax: 0032 (0)11 651715, E-Mail: maurice.roberte@scarlet.be

NIEDERLANDE

AMSTERDAM / DEN HAAG

Eva und Laura de Jong, Van Bergenlaan 8, NL-2242 PV Wasser-
haar, Tel.: 0031 (0)70 5116152, E-Mail: eva@evajsj.com
Marna Schauten-Kruijt, Opwijckstraat 7a, NL-3530 Den Haag,
Tel.: 0031 (0)6 11417677, E-Mail: mschauten@hotmail.com

FRANKREICH

STRASBOURG / ELSASS

Catherine Barlier, 5 Rue Albert Schweitzer, F-67114 Eschau,
Tel.: 0033-388-643-336, E-Mail: catbarlier1@gmail.com

PARIS

Catherine Roudeix, 6 rue Lamartine, F-92130 Issy Les Moulineaux,
Tel.: 0033(0)146 424264 E-Mail: roudeixcatherine@yahoo.fr

ÖSTERREICH

GRAZ / STEIERMARK

Johannes Duft, Inge-Morath-Str. 76 a, A- 8045 Graz
Tel.: 0043(0)676 733 98 97 E-Mail: johannes.duft@jsj.at
Barbara Gastager, Arndorf 26, A-8181 St. Ruprecht / Raab, Tel.:
0043-664-452-0105, Email: barbara.gastager@jsj.at

INNSBRUCK / TIROL

Barbara Unterberger, Purnhofweg 76, A-6020 Innsbruck,
Tel.: 0043 (0)664 5433037, barbara.unterberger@jsj.at
Brigitte Purner, Gnadenwald 106, A-6069 Gnadenwald,
Tel.: 0043 699 10809390, E-Mail: brigitte.purner@jsj.at

DORNBIRN / VORARLBERG

Hedi Zengerle, Unterbach 148, A-6863 Egg,
Tel.: 0043 (0)664 4532490, Email: hedi.zengerle@jsj.at
Brigitte Rein, Mähdlegasse 3b, A-6850 Dornbirn
Tel.: +43 (0)664 4471652, E-Mail: brigitte.rein@jsj.at

NIEDERÖSTERREICH, BURGENLAND

Isabella Habsburg, Schlossgasse 10, A-2821 Lanzenkirchen,
Tel.: 0043(0)6769428272, E-Mail: isabella.habsburg@jsj.at

ÖBERÖSTERREICH

Manuela Apuchtin, Bräugütlweg 15, A-4810 Gmunden,
Tel.: 0043(0)699-88814956, E-Mail: manuela.apuchtin@jsj.at
UND Doris Grellmann, Fördermayrstr. 6, A-4470 Enns,
Tel. 0043 6763110297, Email: Doris.grellmann@jsj.at

SALZBURG

Susa Hagen, Pflegestr. 13, A-5110 Oberndorf,
Tel.: 0043(0)6644446107, E-Mail: susa.hagen@jsj.at
Ulrika Krexner, Kleingmainergasse 23B, A-5020 Salzburg,
Tel.: 0043(0)6642828006, E-Mail: ulrika.krexner@jsj.at

WIEN - NIEDERÖSTERREICH NORD

Eva Hackl, Wilhelminenstr. 182/4, A-1160 Wien,
Tel. 0043(0)6644270640, E-Mail: eva.hackl@jsj.at
Johanna Urmoneit, Di. W. Haßlingerstr. 3, A-2340 Mödling,
Tel.: 0043(0)6763025270 , E-Mail: johanna.urmonet@jsj.at

ITALIEN

SÜDTIROL / BOZEN

Marlene Nardin, Brennerstr. 12, I-39100 Bozen,
Tel.: 0039-471-980751, EMail: marlene.nardin@outlook.com
CO-Organisation: Elisabeth Reich, Villenstr. 5, I-39100 Bozen,
Tel: +390471 282656, E-Mail: reich.elisa@gmail.com

ROM

Heike Hoerdemann, Via Alberto Cadlolo 116, I-00136 Roma,
Tel.: 0039-3351-802679, EMail: info@vaticanvacation.it

SCHWEIZ / LIECHTENSTEIN

FÜRSTENTUM LIECHTENSTEIN

Marianne Lörcher, Büdamistrasse 25, FL- 9497 Triesenberg
Tel.: 0041(0) 81 544 00 23 oder 0041 (0) 79 261 14 09,
E-Mail: mail@marianneloercher.li

APPENZEL

Manuela Streule, Zistli 9, CH-9050 Appenzell Steinegg
0041 (0) 71 787 86 87, manuela.jsj@bluewin.ch

KLOSTER ILANZ

Lea Cajacob & SR Madlen Büttler, Kloster Ilanz, Haus der
Begegnung, Klosterweg 16, CH-7130 Ilanz, Tel.: 0041-81-9269540,
jsjilanz@gmx.ch

ZÜRICH

Marietta Pini & Benno Peter, Raiweg 11, CH-8108 Dällikon,
Tel.: 0041-(0)-443715502, E-Mail: viva.praxis@bluewin.ch

LUZERN / LAUSANNE

Sonja J. Müller, Seeplatz 1, CH-6374 Buochs,
Tel.: 0041 (0)797 167 286, E-Mail: mail@sonjamueller.ch

Adressänderung bitte an das Europa-Büro: E-Mail: info@jinshinjyutsu.de, www.jinshinjyutsu.de, Tel.: +49 228 23 45 98
und an die Redaktion dieser Zeitschrift: E-Mail: JSJvertrieb@posteo.de, www.jinshinjyutsu-berlin.de



Jin Shin Jyutsu, Inc.
8719 E. San Alberto
Scottsdale, AZ 85258



(aus den Prinzipien der Neurographik,
neurographisches Bild von Martina Gächter)

„Jede Aufgabe hat eine graphische Lösung.“

ABONNEMENT FORMULAR

Ein Jahresabonnement des „Main Central“ in der umfasst 4 Ausgaben (Winter-Frühling-Sommer-Herbst).

Der Jahresabo-Beitrag ist auf eines der nachstehenden Konten zu überweisen:

In EURO (€): „Main Central“ Bittar; IBAN: DE18 4306 0967 1181 4894 00; BIC: GENODEM1GLS, GLS Bank

In Schweizer Franken (CHF): Christine Eschenbach; IBAN: CH48 0839 2000 0040 06003; Freie Gemeinschaftsbank 4001 Basel

Für den Erhalt der **digitalen** Ausgabe der MC **muss** die Zahlung über <https://elopage.com/s/naturheilkunde-eschenbach> erfolgen.

☐ Normal-Abo, 23,- €, **28,- CHF**
(druck **oder** digital)

☐ Förder-Abo, 26,- €, **33,- CHF**

☐ Sponsoren-Abo, 29,- €, **36,- CHF**
(druck **und** digital)

Name:		Vorname:	
Tel./Mobil:		E-Mail:	
Straße, Nr.:		PLZ:	Ort:
Unterschrift:		Datum:	Land:
Den Abo-Beitrag zahle ich per ☐ Überweisung ☐ Einzugsermächtigung/ SEPA-Lastschriftmandat (Bitte unten ausfüllen)			
Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandats (Gläubiger ID: DE37CML00000040819)			
IBAN:		BIC:	
Bank:		Datum:	Unterschrift:

☐ Ich ermächtige den Vertrieb Main Central (Christine Eschenbach, Nina Köppen) Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Vertrieb Main Central auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.