

NATUR UND MEDIZIN
Gesundheitstag 2019
Bad Neuenahr

Schmerzbehandlung von Fuß bis Kopf
mit der japanischen Heilkunst JIN SHIN JYUTSU

Warum fange ich bei den Füßen an?

Wenn wir Schmerzen haben, konzentriert sich der Körper auf die Schmerzstelle und entsteht Anspannung. Häufig sind dabei Kopf- und Brustbereich betroffen. In der Kunst des JIN SHIN hat es Vorrang, diese Anspannung zu lösen. Über die Füße erreichen wir den ganzen Körper und können Anspannungen bis in den Kopf hinein lösen .

Zu diesem Zweck benutzt man beide Hände und legt sie sanft innen und außen an eine Ferse. Dieser sehr wirkungsvolle Griff wird scherzhaft **das Aspirin des JIN SHIN** genannt. Am wirkungsvollsten ist diese einfache Handhabung wenn die rechte Hand innen an der Ferse und die linke Hand außen an der selben Ferse liegt.

Eines Tages kam mein Freund nach Hause von einem Zahnarztbesuch. Eigentlich sollte nur ein Weisheitszahn gezogen werden. Dabei brachen zwei Wurzeln ab und zwei Kieferchirurgen nahmen eine kleine OP vor. Sie prophezeiten ihm eine dicke Backe und auftretende Schmerzen und schrieben ihn für einen Tag krank. Wie er die Schwellung der Wange vermeiden konnte, erzähle ich Ihnen später. Sobald die Schmerzen auftraten, habe ich genau diese Stellen an der Ferse mit beiden Händen gehalten. Nach 10 Minuten verschwand der kurz aufgeflammte Schmerz und kam nicht wieder.

Ich hoffe, ich habe Sie jetzt ein bisschen neugierig gemacht, was es mit dieser Heilkunst auf sich hat. Die Kunst des JIN SHIN ist eine reine Resonanz-Therapie, bei der man mit Händen oder Füßen durch sanftes Berühren einzelner der 52 im JIN SHIN bekannten Resonanz-Räume berührt. Dabei entsteht eine Resonanz zu unserer Matrix. Unter dieser Matrix verstehe ich hier einen angeborenen, unverletzbaren, gesunden Bauplan, der jedem Lebewesen zugrunde liegt. Diese Matrix ist ausgesprochen stabil. Da wo wir in guter Resonanz zu dieser Grundlage sind, funktionieren unsere sogenannten Selbstheilungskräfte super und wir können uns schnell regenerieren. Schädigungen durch äußere oder innere Einflüsse werden so wieder repariert.

Der Meister **Jirô Murai**, der diese Heilkunst und ihre zugrunde liegenden Energiebahnen und Resonanzräume entdeckt hat, starb 1960. Zwischen 1940 und 1960 hat die wesentlichen Grundlagendieser Heilkunst durch Selbsterfahrung, durch Fasten und Meditation entdeckt. Er fastete mehr als zwölf mal drei Wochen und länger ohne Essen und Trinken und meditierte ganze Nächte durch. Nach so einer durchmeditierten Nacht überkam ihn der Impuls automatisch zu schreiben. Er wusste nicht, was er schrieb und war sehr erstaunt über die tiefgreifenden energetischen Zusammenhänge im Körper des Menschen, die sich daraus ergaben. Die Grundlage des JIN SHIN war geboren. Danach trieb auch medizinische Studien, in dem er beim Sezieren von Leichen anwesend sein konnte. Er behandelte Kranke und lehrte in kleinen Familienzirkeln und am Kaiserhof.

Von 1946 bis 1953 wurde Mary Burmeister seine Schülerin.

Hinzu kam ihr Vater, ein japanischer Diplomat und von 1953 bis 1960 Haruki Kato.

Mary, die inzwischen wieder in USA lebte und Haruki Kato in Japan behandelten jeweils in USA und Japan. Mittlerweile gibt es über zwanzig Lehrer, die weltweit diese Heilkunst unterrichten. In Europa war der Start in Bonn durch Mary 1979.

Das **JIN SHIN JYUTSU** verfügt über komplexe Anleitungen zu zwölf Organströmen, - ein bisschen ähnlich zu den Meridianen - , Spezialströmen und Zahlenströmen zu den 26 Resonanzräumen links und rechts, links 26 und rechts 26, zusammen 52. Dazu werden noch ein paar Reflexstellen benutzt und ein paar Mudras - Fingerhaltungen wie man sie von den Buddha-Statuen kennt.

Die Behandlung der Resonanzfelder ist stets sanft! Ohne Druck und Massage! Als Test, um zu spüren, ob die Energie dort staut, kann man ruhig mal fest drücken, danach aber die Behandlung sanft ausführen. Ein Stau macht sich meist durch eine Gewebe-Ansammlung, fest oder weich oder angespannte Sehnen, Bänder, Muskeln oder auch Wärme bemerkbar.

So, damit erst mal genug zum allgemeinen Überblick. Und jetzt ein paar erfolgreiche **Notfallgriffe**, die unter anderem Schwellungen und Anspannungen lösen und verhindern können. In unseren Händen liegt eine unglaublich große Kraft, die jedem Menschen angeboren ist und die jeder von Ihnen schon vielfach in seinem Leben automatisch genutzt hat. Mütter wissen welche beruhigende Wirkung ihre Hände auf ihre Kinder haben, Liebespaare auch.

Die Hände nebeneinander gelegt, so dass die Daumen nach außen zeigen, hat eine **verteilende Wirkung**. Genau das hatte ich meinem Freund nach seiner Kiefer-OP empfohlen und keine Schwellung tauchte auf. Je früher man die regulierende Wirkung des JIN SHIN einsetzt, desto imposanter ist die Wirkung. Und wie in diesem Fall kann man auch vorbeugend etwas machen. Dieser Griff eignet sich auch zum Verteilen von Schmerzen, bei Ödemen und Blutergüssen .

Der umgekehrte Griff, Daumen nach innen, **sammelt die Energie**. Bei einem leichten bis mittleren Sonnenbrand wird die Haut rot und brennt und die Oberhaut beginnt sich von der Unterhaut zu lösen. Der Notfallgriff 2 kühlt die Haut, die Rötung lässt nach und ebenfalls der Schmerz. Falls die Haut bereits verbrannt ist, muss man diesen Griff mehrfach täglich wiederholen. Nach einer Woche wiederholter Anwendung kann man erfreulicherweise feststellen, dass sich eine neue Hautschicht narbenfrei gebildet hat.

Noch erstaunlicher ist der vielgenutzte Griff zum **Wunden** schließen. Die rechte Hand im leichten Abstand über die Wunde gehalten und die linke drüber hat eine **schließende Wirkung**. Bei einer kleinen Wunde kann man sehr schnell feststellen, wie die Blutung stoppt und sich ein feines Häutchen bildet. Bei einer größeren muss man etwas mehr Geduld haben, bei Brüchen erst recht. Alle Anwendungen des JIN SHIN macht, wirken noch acht Stunden nach. Bei starken oder schon länger andauernden Verletzungen ist eine Wiederholung nötig. Beispielsweise bei Brüchen mehrmals.

Der vierte Notfallgriff dient dem **Ziehen**, eine sehr willkommene Hilfe bei Splittern, Stichen, Eiter oder Schmutz in der Wunde. Auch hier gilt bei tiefsitzenden Splittern muss man die Behandlung wiederholen. Eine Kollegin erzählte mir das erstaunliche Beispiel einer Patientin, die einen inoperablen Splitter im Oberschenkel hatte. Nach mehrfachen Selbst-Behandlungen schoss der Splitter eines Tages heraus.

Eine andere Behandlungsmöglichkeit ist das gezielte Nutzen der **Energiefelder**, wie wir es schon im Fersengriff kennen gelernt haben. Auf dem Blatt mit den Energiefeldern können Sie dazu gehörenden Nummern entdecken. Jede schmerzhafte Stelle am Körper lässt sich positiv beeinflussen, indem man den **Abfluss zum nächsten Nummernfeld** fördert. Das heißt, die EINS am Knie fördert den Energiefluss hinunter zum Fuß und außen das Bein hoch zur ZWEI. Die ZWEI strömt weiter zur DREI, die DREI zur VIER und so weiter. *siehe Zeichnung mit den Nummerfeldern--*

Dazu kommt, dass jedes Feld für sich eine weitreichende **Kompetenz** hat. Zur Wirkung und Bedeutung aller 26 Energiefelder finden Sie in meinem Buch "JIN SHIN JYUTSU für Lebenskünstler und solche die es werden wollen..." ein umfangreiches Kapitel von knapp 60 Seiten.

Die **ZWEIUNDZWANZIG** hat die besondere Fähigkeit alle Elemente auszugleichen. Alle Organe und Gewebestrukturen sind im JIN SHIN einem Element zugeordnet. Die Lunge der Luft, die Niere dem Wasser, das Herz dem Feuer usw. Ein fünftes Element neben Feuer, Wasser, Luft und Erde ist das Holz. Vom Holz sagt man in der fernöstlichen Medizin, dass es alles miteinander verbindet und die gewaltige, erneuernde Kraft des Frühlings besitzt. Dem Holz sind die Leber- und Gallenenergien zugeordnet. Leiden wir unter einer Allergie, können unterschiedliche Organe und Gewebestrukturen betroffen sein. Nicht immer wissen wir genau was es ist. Da ist ein Resonanzfeld, wie die ZWEIUNDZWANZIG, um das Schlüsselbein herum eine hervorragende Hilfe. Gerade an **Knochenrändern**, besonders an Gelenken, neigt ein geschwächter Energiefluss zu stauen. Egal welchem Element der Energiestau zugeordnet werde kann, ist das regelmäßige Berühren der ZWEIUNDZWANZIG von großem Vorteil.

Zeitaufwand

Beim ersten Mal ist es sinnvoll so ein Stelle **20 Minuten** zu berühren, da gestaute Felder mitunter 20 Minuten brauchen, bis die Resonanz zu unserer gesunden Matrix aufgebaut ist. Viele spüren dann ein leichtes bis heftiges Pulsieren in oder unter der Hand. Nach so einer Einstiegsübung ist **jede Minute nützlich**, Ort, Zeit und Körperhaltung sind dabei unerheblich. Auch brauchen Sie sich nicht auf die Übung zu konzentrieren. Sie können einfach so ganz nebenbei eine oder beide Hände dort ablegen. So einfach geht's!! Auf diese Weise werden die gesunden Bahnen wieder aktiviert und stabilisiert und können die zuvor notwendigen Abweichungen wieder auflösen. Es lohnt sich, solche einfachen Empfehlungen über längere Zeit auszuprobieren. Allergien sind die Folge komplexer Störungen und sind in der Regel nicht im Handumdrehen zu beseitigen. Also bitte etwas asiatische Geduld haben und dranbleiben.

Eine sehr einfache und trotzdem wirkungsvolle Lösung von Schmerzen, zum Beispiel bei Ischias, ist das Berühren der **Da-Wos-Stelle**, Da-Wos-Wehtut, **und die andere Hand schräg gegenüber auf der anderen Körperseite**. Die Schmerzkonzentration der **Ischialgie** ist schnell gefunden, beispielsweise neben dem Kreuzbein rechts, dann wäre die entsprechende zweite Stelle am Schambein vorne links. Um die entsprechende Stelle leicht zu finden, dürfen Sie festen Druck ausüben. Beim Ischias werden Sie auf der gegenüberliegenden Seite am Schambein bei festem Druck eine Stelle finden, die derart schmerzt, als ob man ein Messer hineingejagt hätte. Dann bitte nicht weiterdrücken, sondern beide Stellen sanft berühren, bis der Schmerz anfängt sich zu lösen.

Jede Behandlung wirkt noch **8 Stunden** nach. Wenn Sie Zeit, Gelegenheit und Geduld haben, die Übung länger anzuwenden, ist es natürlich besser weiter zu machen bis der Schmerz ganz verschwunden ist. Das gleiche gilt für Halsschmerzen. Bei **Halsschmerzen** geht man zum

nächstliegenden Knochenrand, in dem Fall zum Schlüsselbein. Ist der Halsschmerz überwiegend rechts, legen Sie eine Hand ans rechte Schlüsselbein und die andere Hand in den Nacken, auf die gegenüberliegende Seite. Die "richtige" Stelle finden Sie ebenso wie beim Ischias durch Druck. Für solche Anwendungen müssen Sie nicht viel wissen. Sie nehmen die Schmerzstelle und die gegenüberliegende Entsprechung und haben sofort ein großes Repertoire für alle möglichen Arten von Schmerzen zur Verfügung. Die Kunst des JIN SHIN ist eine großartige Reise- und Hausapotheke.

Wir haben jetzt ein paar Notfallgriffe kennen gelernt und die Wirkung einiger Zahlenfelder. Sehr einfach sind auch die beliebten Sandwich-Griffe. Wie schon gesagt, kommt es oft zu schmerzhaften Prozessen durch Energiestau an Gelenken. Gelenke lassen sich wunderbar **sandwichen**. Eine Hand rechts und links vom Knie oder auf und unter das Knie ist so ein beliebter Sandwich-Griff. Das gleiche gilt für alle anderen Gelenke.

Als vorletztes Beispiel möchte ich Ihnen noch einen viel erprobten Griff zeigen, der den Verlauf eines Organstroms nutzt. Alle Organströme sind nach einer spezifischen Eigenschaft eines Organs benannt. Alle **Organströme** wirken stark regulierend auf ihren gesamten Strömungsverlauf. So verläuft der sogenannte Dickdarm-Strom beispielsweise durch den Oberarm über die Schulter in die Lunge und dann mit einem Ast zum Unter- und Oberkiefer. Diese Bahn benutzt man erfolgreich bei Zahnschmerzen. Eine Hand auf die Da-Wos-Stelle, da wo der **Zahnschmerz** sitzt und die andere Hand auf der gleichen Seite auf den Oberarm, nutzt den Verlauf des Dickdarm-Stroms.

Wenn Sie im Lauf der Zeit spezielle Empfehlungen für Schmerzlösungen bekommen, ist es keineswegs nötig, zu wissen warum welcher Organstrom welchem Gebiet hilft. Dahinter steckt ein komplexes System, was sicherlich sehr interessant ist. Für **Rückenschmerzen** generell nutzt man gerne den sogenannten Blasen-Strom. Er verläuft in drei breiten Bahnen über den Rücken, bildet alle Muskeln aus und sorgt für den gesunden Muskeltonus. Eine Hand in den Nacken gelegt und die andere unter die Pobacke entspannt eine gesamte Rückenhälfte. Wie Sie die Hand unter die Pobacke legen, mit der Handinnenfläche oder mit der Rückseite nach oben, ist völlig egal. Machen Sie das was Ihnen bequem ist.

Zu guter Letzt ein Rat, der Ihnen längst bekannt ist: **ausatmen und lächeln** hilft auch Schmerz lösen. Dazu möchte ich jetzt mit Ihnen eine kleine **Atemübung** machen und stehe Ihnen danach zu allen aufgetauchten Fragen gerne zur Verfügung.

Und jetzt bitte ich Sie sich bequem hinzusetzen, sich vorzustellen, dass der Atem von der Schädelbasis durch den Kopf vorne runter bis zum großen Zeh fließt und nach einer kleinen Atempause durch die Fußsohle hinten wieder hoch zur Schädelbasis. Stellen Sie sich bitte vor, wie mit jeder Ausatmung jeder Schmerz, alles Grübeln und Belastende die Füße verlässt und frischer revitalisierender Atem wieder einfließt und den ganzen Körper durchströmt und erfrischt. Ich bitte Sie den Atem wie beiläufig nur zu beobachten und nicht zu beeinflussen. Nur ein inneres Bild aufbauen, wie er vorne runter und hinten hoch fließt. Die ganz Übung macht bitte jeder 36 mal. Für manche ist es einfacher 9 Übungen zu machen, dann verzählt man sich nicht und das ganze 4 mal. 4 x 9 sind auch 36. Und wer keine Lust hat zu zählen, 3-4 Minuten ohne zählen machen.

Weitere Informationen können Sie jederzeit über meine Website erhalten.