

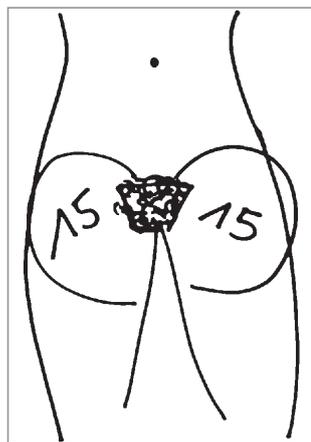
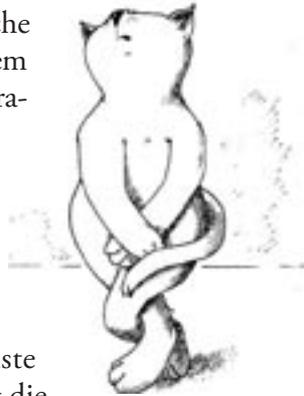
Jin Shin Jyutsu – Teil 5

Lachen ist die beste Medizin

Friedl Weber

Das Jin Shin Jyutsu kennt 26 Berührungsfelder am Körper. Ein besonders großes Feld mit der Nummer 15 befindet sich in der Leiste. Alle Zahlen haben eine Bedeutung. 15 bedeutet Freude, Lachen, Glücklichein, das Leben ist ein Kinderspiel. Die 15 ist unser eingebauter Smily. Dieses Feld im Leistenbereich ragt in den Oberschenkel und den Bauchraum hinein.

Da alle diese Felder räumliche Gebilde sind und auch aus dem Körper herausragen, ist die Frage, ob sie besser im bekleideten oder unbedeckten Zustand zu erreichen sind, völlig nebensächlich. Sobald wir absichtlich oder unabsichtlich mit der Hand in die Nähe der Leiste kommen, setzt die Wirkung dieses Feldes ein.



Von dort ausgehend durchströmt den Körper ein leichtes Vibrieren. Dieses Vibrieren ist vergleichbar mit dem Schnurren der Katze und belebt den gesamten Stoffwechsel. Heiterkeit breitet sich aus und die Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Erfahrungsberichten zufolge sollen Knochenbrüche sogar in der Hälfte der üblichen

Zeit heilen. Neue wissenschaftliche Forschungen haben nachgewiesen, dass die schnelle Knochenheilung bei

Katzen unmittelbar mit ihrem Schnurren zusammenhängt.

Kürzlich berichtete mir ein „NATUR UND MEDIZIN“ Mitglied, dass sie mit der Hand auf der Leiste eingeschlafen war. Daraufhin hatte sie einen so lustigen Traum, dass sie lachend aufwachte. Die vielen Alltagsorgen und alles, was wir leisten und leisten wollen, bringen oft Anspannungen in der Leiste mit sich. Eine Hand auf die Leiste rechts oder links und die andere Hand auf derselben Seite auf die Schulter gelegt, macht das gesamte Gebiet der Leiste wieder durchlässig, stärkt das Immunsystem und hilft dem Rücken.

Zuviel kann man hierbei nicht machen. Oft führen schon wenige Minuten zum Erfolg, mitunter sind wochenlange, regelmäßige Behandlungen sinnvoll. Im stark angespannten Zustand kann es bis zu 20 Minuten dauern, bis ein solches Feld die Energieströme wieder frei durchfließen lässt. Aber auch regelmäßige 5-Minuten-Berührungen bringen oft großen Erfolg mit sich. JIN – die Menschlichkeit, SHIN – das Geistige und JYUTSU – die Kunst ermöglichen Ihnen wie ein Künstler Ihre Zeit und Ihr Maß zu finden. Manchmal sind kleine Regeln nützlich, um Übungen wirklich regelmäßig zu machen, bis es einem besser geht. Das sind dann aber Ihre Regeln für Ihren Hausgebrauch und nicht die des Jin Shin Jyutsu.

Genießen Sie Ihren eingebauten Smily: die Empfehlung lautet, einfach mal nichts leisten zu müssen, und die Hand in die Leiste legen.



Erinnerung: Herbstwanderung NATUR UND MEDIZIN

vom 25. September bis 01. Oktober 2006 in Fischen im Allgäu (vgl. Mgbf 1/06, S. 15)

Bitte denken Sie daran, sich zur Wanderung bei Familie Lange, Gartenstr. 17, 98711 Schmiedefeld anzumelden. Zur Sicherung eines fehlerfreien Ablaufes der Veranstaltung bitten wir möglichst auch alle Tagesgäste, ihre Teilnahme per Postkarte mitzuteilen. Dies ist für die Organisation (z.B. Mittagessen, Bustransfer, etc.) wichtig.