

## Die Kunst des Jin Shin Jyutsu in Zeiten kosmischer Veränderung

Jennifer Holmes, 5-Tageskurs- Lehrerin, Australien

Vier bis fünf Milliarden Jahre lang hat die Erde, oder Gaia, wie sie manchmal genannt wird, ausgeatmet: AUSATMEND, bauend, formend, erfindend, ausdauernd, mit Willenskraft und Entschlossenheit. Jetzt, da wir in die 2000er Jahre fortschreiten, beginnt die Erde einen riesigen Übergang zum Einatmen: EINATMEND, reinigend und alte Formen aufbrechend, bringt sie Balance und Harmonie in eine zuvor männlich bestimmte Welt. Jetzt ist die Zeit, das weibliche Prinzip gebührend zu würdigen, damit es seinen rechtmäßigen Platz neben dem männlichen einnimmt, taktvoll, mitfühlend, vermittelnd, empfindsam, gleichberechtigt und vereint.

Die vergangenen 2000 Jahre waren dominiert von der Zahl 1, die Zahl der Bewegung. Mary sagt im Selbsthilfebuch 2, Seite 12: „1 kam ins Universum mit der Bedeutung „Urbeweger“, der extreme Höhen mit extremer Tiefe verbindet.“ In der Bibel finden wir das kosmische Muster/Vorbild der Zahl 1: „Am Anfang schuf Gott die Himmel und die Erde. Und die Erde war wüst und leer, und Finsternis war über der Tiefe; und

der Geist Gottes schwebte über den Wassern.“

Gen., Kap. 1, 1-2

Bewegung war notwendig, um aus dem Formlosen die Form zu schaffen, und Mary sagt: „Alle Schöpfung kommt aus der Einheit.“ Selbsthilfebuch 2, Seite 12.

Das Prinzip des Verstandes war ein sich entwickelnder notwendig Faktor, der sich – Willenskraft, Wagemut, Tapferkeit, Forscher- und den Erfindungsgeist verkörpernd – furchtlos in die Dunkelheit und die Leere vorwagte, um unsere Welt mit ihren ganz nahe beieinander liegenden wundersamen und schrecklichen Seiten zu erschaffen. (Anm. der Redaktion: Seit den Griechen wird dieses Prinzip als ein vorherrschendes männliches betrachtet, was als Folge eines kaum erklärbaren, pathologischen Frauenhasses gelten kann. Heute wissen wir, dass es ein menschliches Prinzip ist, weil die o.a. „Heldentugenden“ sowohl von Männern als auch von Frauen verkörpert werden!) Pythagoras erklärte, „dass der menschliche Verstand oder der Geist nach dem Vorbild Gottes seine gänzlich aktive Natur bekam“. Als wir ins Jahr 2000 eintraten und besonders seit 2012 haben wir begonnen, uns bewusster



Blick vom Stutenhaus  
im UNESCO Biosphärenreservat  
Thüringer Wald

## Inhaltsverzeichnis

Die Kunst des Jin Shin Jyutsu in Zeiten kosmischer Veränderungen - Jennifer Holmes .....	1
Kosmischer Geist, energetischer Gedanke, das Gehirn und das Nervensystem - JSJ in Zeiten mentaler Herausforderungen, Themenkurs mit Chus Arias - Marianne Lörcher .....	4
Die Herkunft von Jin Shin Jyutsu - Teil 2 - David Burmeister, Bestie Haar und Anita Wiloughby .....	6
Gemeinschaft als Entwickler - Christine Eschenbach, Hedi Zengerle, Uta Schraut .....	8
Vorhang auf... - Brief von Anke, Basti und Eika Bindgen .....	9
Information zum Jin Shin Jyutsu Symposium in Österreich Gemeinsam in die Zukunft - David Burmeister .....	10
SOMMER - SONNE - SEELENKRAFT „Sternenstaub“ oder Mitochondrien Aktivatoren - Christine Eschenbach im Gespräch mit Dr. Rohsmann .....	12
Literaturempfehlung: Die kleine riesengroße Seele Milana .....	12
SICHERHEITSENERGIESCHLOSS 3 Offenheit - Mathias Bergmann .....	13
Synthese und intuitive Intelligenz - Christine Eschenbach .....	14
JIN SHIN JYUTSU mit TIEREN TEILEN Mit JSJ mit den Tieren sprechen und ihnen zu hören - Adele Leas .....	14
JSJ Virus im Spital Wulhusen - Antje Möckli .....	17
Jin Shin Jyutsu - Organisatoren, Stand April 2019 .....	18/19
Eintragungsmodus für JSJ-Praktiker auf der JSJ-Website .....	18



**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. 78: **21. Juni 2019**

## Impressum

Die Zeitschrift ist der Kunst des Jin Shin Jyutsu gewidmet

### Herausgeberin der deutschen Ausgabe:

Christine Eschenbach  
Weitzgründerstraße 25, 12623 Berlin,  
Tel.: +49 30 56700119,  
E-Mail: [jsj-fachzeitschrift@posteo.de](mailto:jsj-fachzeitschrift@posteo.de)  
[www.jinshinyutsu-berlin.de](http://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](mailto: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](mailto:MainCentral@jscinc.net)  
[www.jsjinc.net](http://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 NEUN TIEFEN 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

die weiblichen Prinzipien zu eigen zu machen und mehr in einer Verbindung von Herz und Verstand oder mit Herzedenken zu leben.

Pythagoras schreibt, „Das aus göttlichem Impuls schwingende, ursprüngliche Licht beinhaltet die Essenz aller Seelen – die spirituelle Form aller Wesen.“

So bringt die Schwingung der Zahl 2 eine sehr notwendige Balance in die Welt. Die 2 bringt Licht von ganz oben. Ihre Stärke ist Frieden, Wachstum, Verständnis, Sanftheit und Behutsamkeit, Nachdenklichkeit und im Vermittelnden Suchen nach der besten Lösung für das Ganze. Wie sehr braucht unsere Welt gegenwärtig die Stärke der Schwingung der Zahl 2. Mary sagt uns im Selbsthilfebuch 2 auf Seite 14: „Die 2 kam mit der Bedeutung Lebenskraft für alle Kreaturen (Weisheit) – ERKENNE MICH SELBST ES IST in die Welt.“

Wenn ich meine Hände oder meine Starthilfekabel an meine 2er anlege, kann ich mich entspannen und mich einem Mehr an körperlicher, verstandesmäßiger und spiritueller Weisheit öffnen. Meinen intuitiven Impulsen folgend fange ich an, weisere Entscheidungen zu treffen und mich lebendiger zu fühlen, da ich mehr Atem empfangen. Die Zahl 2 hilft uns, mit ihrer natürlichen Kraft in Frieden und Harmonie mit unseren Mitmenschen zu leben.

Alle Kinder, die in diesem Jahrhundert geboren werden, haben die 2 in ihrem Geburtsdatum. Viele von ihnen werden sich auf der Seelenebene durch einiges an Aggression und an Ehrgeiz der Zahlen 1 und 9 des vergangenen Jahrhunderts gearbeitet haben, und so wohnt ihnen – bereits mit dem Gleichgewicht zwischen dem Männlichen und dem Weiblichen – ein Mehr an Mitgefühl und liebender Freundlichkeit inne.

So haben sich alle, die gegenwärtig auf Mutter Erde leben, dazu entschlossen, Teil dieser neuen Welt mit der Schwingung der 2 zu sein. Wir bewegen uns, wie unsere spirituellen Lehrer in den

1980er Jahren das formulierten, durch den „Wendepunkt der Zeiten“. Die Auswirkungen davon habe ich erst im Lauf der Zeit von 2012 bis heute zu begreifen begonnen. Wir erleben große Unsicherheit, Unberechenbarkeit, politische Umwälzungen und Angst gemischt mit wunderbaren positiven Veränderungen. Die Klimaerwärmung hat ihren Höhepunkt erreicht, wir wissen, dass wir für die Umkehr noch 10 bis 12 Jahre haben, anderenfalls werden die Folgen schrecklich sein. Bisweilen fühlt sich der Boden unter unseren Füßen instabil an. Das Leben kann chaotisch erscheinen. Viele Menschen erleben hohe Grade von Angst. Diese neue Welt zu gebären – mit der Energie aus dem Zeitalter der Fische in das des Wassermanns – ist nicht immer ein leichter Prozess.

Das führt mich zu der Analogie einer Kindergeburt. Alle Frauen, die geboren haben, wissen, dass das ein nicht immer leichter Vorgang ist. Für viele von uns sind die Wehen, egal ob sie lang oder kurz dauern, eine anstrengende Phase, wenn sich der Körper darauf vorbereitet, den Muttermund zu öffnen, um das Baby in den Geburtskanal kommen zu lassen.

In dem Moment, in dem man alle Vorstellungen von einer natürlichen Geburt gehen lassen und schon nach Schmerzmedikamenten greifen will, wenn man das nicht schon vorher getan hat, wird einem gesagt, dass der Körper sich nun geweitet hat und alles in Veränderung ist. Diese Veränderung durch die Wehen fühlt sich chaotisch an, wenn ein Muskelset noch die Weitung vollzieht, während ein anderes schon

das Kind in den Geburtskanal drängt. Du hast die Kontrolle verloren. In der Wirklichkeit hilft es zu wissen, dass da ein größeres Bild am Werk ist und dass es am allerbesten ist, sich zu entspannen und einfach nur zu ATMEN!

Im Vertrauen, dass alles gut gehen und dass es ein gesundes und schönes Baby sein wird, atmest du durch und über den Schmerz, das Chaos und die Unsicherheit. Die Geburt selbst kann oft ein ruhiger, relativ undramatischer Schluss der heftigen Wehen sein.

Jin Shin Jyutsu hilft uns atmen. Wie oft finde ich mich in diesen Tagen dabei, einen Finger zu halten, zu atmen, meine Schultern zu entspannen, loszulassen und nachzugeben, bis ich Marys „Sei der Atem“ höre. Keine Bemühung, nur wieder in mein SEIN kommen. Wir müssen die alten Formen hinter uns lassen; tatsächlich haben wir bisweilen ohnehin keine Kontrolle darüber, wie sie um uns herum zusammenbrechen. Zugleich die Ungewissheit des Unbekannten, da das Neue noch nicht da oder offenkundig ist. Manchmal haben wir keine Vorstellung, was das Neue sein wird. So müssen wir geduldig vertrauen und ganz auf unsere innere Stärke und Kraft zurückgreifen, um mit diesem Wandlungsprozess (Birthing) möglichst positiv fortzufahren. Ich glaube, dass es einen Masterplan gibt, den wir nicht immer sehen können, aber ich bin überzeugt, dass das klarer wird, je mehr unser Bewusstsein wächst. Wir Menschen müssen unsere Arbeit tun, um das Bewusstsein zu erhöhen. Wie oben, so unten und wie unten, so oben.

Täglich danke ich meinem Schöpfer für die Kunst des Jin Shin Jyutsu. Vorne hinunter- und hinten hinaufatmend stelle ich die Balance und die Harmonie in mir wieder her. Ich denke über Marys Worte zu SES 2 nach: mit der Bedeutung „Lebenskraft für alle Geschöpfe (Weisheit) – ERKENNE MICH SELBST ES IST“ kam die Zahl 2 in die Welt. Erkenne mich selbst heißt, ich erhöhe mein Bewusstsein, indem ich mir die SES 2 halte. Damit lade ich meine schwachen Batterien



wieder auf; ich helfe der rückwärts aufsteigenden Energie und entlaste die Spannung in den Beinen. Mit der Energie der Schwingung der 2 des 2000 Jahrhunderts, möchte ich Euch die SES im Selbsthilfebuch 2 auflisten, die die Zahl zwei beinhalten:

- 2 Weisheit, der Anfang des Einatmens
- 12 nicht mein Wille, sondern dein Wille geschehe
- 20 immerwährend, ewig
- 21 Sicherheit, Entkommen aus mentaler Gefangenschaft

- 22 vollständig
- 23 Aufrechterhalten eines einwandfreien Kreislaufs
- 24 Verständnis, Chaos harmonisieren
- 25 stilles Erneuern
- 26 vollständig, (Das was war, ist und sein wird)

Die Zeit, in der wir uns jetzt befinden, ist der Raum zwischen dem Ende des Ausatmens und dem Beginn des Einatmens, der Raum, in dem Wunder passieren können, wo es keine andere

Gewissheit gibt, als die, dass der Wandel passiert. Vertraue darauf, dass der Wandel, wie er von den Himmeln ersonnen wurde, sich auf der Erde vollziehen wird, so wie sich die Menschheit zum Licht hin entwickeln wird. Du und ich, wir sind Teil dieses Wandels, ob wir das wollen oder nicht, entweder als aktive, positive und freudvolle Teilhaber oder als unwillige, ängstliche Beobachter - die Wahl liegt bei uns: in den Händen, Herzen und den lichterfüllten Gedanken.

## *Der kosmische Geist, der energetische Gedanke das Gehirn und das Nervensystem - JIN SHIN JYUTU in Zeiten mentaler Herausforderungen Themenkurs mit Chus Arias bei Salzburg vom 22. bis 24. März 2019*

Marianne Lörcher, Lichtenstein

Der Hintergrund zu diesem Themenkurs findet sich in den Erfahrungen, welche Chus in ihrer Praxis in Madrid macht: immer mehr Patienten mit Projekten im Gehirn und im Zentralnervensystem kommen zu ihr.

Susa und Ulli, die Organisatorinnen, haben diesen Themenkurs mit Chus organisiert und durchgeführt - sozusagen unter dem Motto „it happens“ («es geschieht» Zitat von Chus)

Damit hat Chus schon zu Beginn den Fokus auf Licht und Leichtigkeit gerichtet, nicht auf die Schwere der Gehirn- und Nervenprojekte.

Diese Sichtweise „it happens“ macht es leichter, hinter jedem noch so schwierigen Projekt den Menschen in seiner Vollkommenheit und Einzigartigkeit zu sehen.

Brigitte als kompetente Übersetzerin und Jin Shin Jyutsu-Fachfrau hat den Inhalt wort- und sinngetreu simultan übersetzt. Ein wunderbares Chus-Brigitte-Team!

Mit „it happens“ erinnert uns Chus auch daran, dass wir uns dank unseres Gehirns einerseits den verschiedensten Wirklichkeiten annähern können (Träume, Lebensstil, Projekte), andererseits

aber nie von der Einheit der 9. Tiefe getrennt sind.

Als Anthropologin sehe ich den Menschen auch als dasjenige Lebewesen, welches sich im Laufe der Evolution auf die hinteren Extremitäten aufgerichtet hat und damit die Hände zum Handeln, Greifen und Begreifen frei bekommen hat.

Mir scheint als ob die Schöpfungskraft diesen Schritt verschiedentlich „ausprobiert“ hätte, wenn ich den Pinguinen, dem Vogel Strauß, den Kängurus, den Halbaffen auf Madagaskar oder den großen Menschenaffen zuschaue.

Der Kopf, Behältnis fürs Gehirn, ist dabei wie das Tüpfelchen auf dem „i“ ganz weit nach oben, himmelwärts gerückt und hat sich noch weiter als die Extremitäten von der Erde (1. Tiefe) entfernt.

Dafür bekommt der Mensch den aufrechten Gang, eine andere Sichtweise auf seine Umgebung und die Möglichkeit, zwischen Himmel (13-Ebene) und Erde (15-Ebene) aufrichtig zu handeln (14-Ebene).

Beim aufrecht Stehen und Ge-

hen (die anatomisch bedingte Spezialisierung des Menschen) trifft das Licht, die Energie aus dem Universum, zuerst auf den Scheitel (6. Tiefe), unter der Knochenhülle auf die 5. Tiefe und auf die Schultern (SES 11) und direkt durch die Wirbelsäule bis zum Steissbein (3.Tiefe).

Beim Vierfüßer wird zwar der Scheitel auch belichtet aber der Lichtstrahl führt nicht direkt in der Vertikalen durch die ganze Wirbelsäule und das darin verlaufende Zentralnervensystem.

Wie wir im reich illustrierten anatomischen Teil des Themenkurses erfah-



Chus Arias und der Magenfunktionsstrom

ren, unterscheidet man ursprünglich ein Säugergehirn, das Limbische System und ein Reptiliengehirn. Auch eine Dreiheit, welcher wir in anderen Zusammenhängen immer wieder begegnen.

Diese Dreiheit wird also natürlicherweise vom Licht durchflutet. Und wenn Fenster (SES 4), Türen (SES 3) und Tore (alle unsere Sinne) regelmäßig geputzt werden, kann das Licht optimal aufgenommen werden und im ganzen System zirkulieren.

Wie wichtig die 1.Tiefe-Ströme für diese Lichtdurchflutung sind, erkennen wir auch aus der zeitlichen Entwicklung in den Neurowissenschaften.

In der Zeit von Paracelsus (16. Jh.)<sup>1)</sup> wurde der Mensch noch als eine Einheit aus Körper, Geist und Seele gesehen.

In der Zeit von Descartes (16./17. Jh.)<sup>2)</sup> begann in der Wissenschaft die Trennung von Körper, Geist und Seele. Und die Sichtweise von Descartes „cogito ergo sum“, „Ich denke also bin ich“ prägt heute immer noch das Verständnis vom Gehirn in der klassischen Medizin.

In der Kunst des Jin Shin Jyutsu sagt die Magenfunktionsenergie „ich denke“.

Immerhin wurde dann 1878 von Paul Broca<sup>3)</sup> der Begriff „limbischer Lappen“ definiert; es wurde nun in der Wissenschaft dem Limbischen System<sup>4)</sup> Aufmerksamkeit geschenkt.

In der Kunst des Jin Shin Jyutsu sagt die Milzfunktionsenergie „ich fühle“.

Im Körperbewusstsein spiegelt sich immer wieder auch der Stand der Wissenschaft. Wurde zuerst das Gehirn und überhaupt der Körper am Toten untersucht und erforscht, so konnten dank technischer Entwicklungen Geräte hergestellt werden, welche es nun erlauben, am Lebenden Funktionen zu untersuchen. Ganz allmählich wird in der Wissenschaft erkannt, dass das Gehirn ein sehr komplexes Gebilde ist und als Ganzheit in sich und auch innerhalb des Lebewesens erkannt werden muss.

Und trotzdem wird in der menschlichen Gesellschaft mit Projekten, welche das Gehirn und das zentrale Nervensystem betreffen, anders umgegangen als mit sichtbaren, körperlichen Projekten.

Zurück zum aufrechten Gang: die Bauch-Nabelregion rückt beim Zwei-

beiner ebenfalls in eine andere Position. Das Bauchhirn (im Darmtrakt) muss ebenso sehr an der Licht-Durchflutung teilhaben können, um regelrecht zu funktionieren.

Den Zusammenhang zwischen Kopf- und Bauchhirn zeigt Chus wiederum sehr illustrativ auf. Interessant ist dabei die Tatsache, dass sowohl innerhalb der X-Billionen Neuronen im Gehirn als auch innerhalb der etwa 2 kg Mikroben im Darmtrakt Kommunikation stattfindet.

Und es braucht nicht nur Kommunikation innerhalb der Neuronen und Mikroben, sondern auch diejenige zwischen Bauch- und Kopfhirn. Wen wundert es, dass da Merkurkräfte (4.Tiefe) wichtig sind, damit diese Kommunikation harmonisch verläuft!

Der 10. Hirnnerv (Nervus vagus) dient dabei sozusagen als Vermittler.

Beim Verdauungsprozess, bei welchem Externes (Sinneseindrücke, Nahrung, Luft) in Internes verwandelt wird, damit es auf allen Ebenen ernährt, braucht es die Verbindung zwischen Bauch- und Kopfhirn. Im Gehirn ist es das glymphatische System<sup>5)</sup>, welches für die Entsorgung von Abfallstoffen zuständig ist. Im Bauch sorgt vor allem der Dickdarm (2. Tiefe) und die Organe der 4. Tiefe (Nieren und Blase) für die Entsorgung.

Neben Kommunikation, körperlicher Bewegung und Loslassen des nicht Verdauten, braucht es zur Harmonie in Verstand (Kopfhirn) und Bauchhirn (Verdauungstrakt) auch regelmässige Ruhezeiten.

Danke, Chus für die Kernbotschaften „Bewegung, Verdauung und Schlaf“.

Danke, Mary, dass Du uns im Selbsthilfebuch 1 die drei Organfunktionsenergien der 1. und 4. Tiefe geschenkt hast.

Um den Bericht abzurunden möchte ich es nicht unterlassen, meinen Dank auch an die Gastwirtschaft vom Kapuzinerhof zu richten.

Für alle Teilnehmenden jeden Tag frisch zubereitete Köstlichkeiten zu servieren zeigt, wie wichtig Kommunikation auch für unseren Lebensstil ist; diesmal zwischen dem Personal, den

Organisatorinnen und den Kursteilnehmenden. Und diese Zwiesprache hat sich bestens bewährt.

mail@marianneloercher.li  
www.marianneloercher.li

1) (Wikipedia: Theophrastus Bombast von Hohenheim, fälschlich auch Philippus Theophrastus Aureolus Bombastus von Hohenheim genannt (\* vermutlich 1493[1] oder 1494[2] in Egg, Kanton Schwyz; † 24. September 1541 in Salzburg), seit 1529 sich Paracelsus nennend, war ein Arzt, Alchemist, Astrologe, Theologe, Mystiker und Philosoph.)

2) (Wikipedia: René Descartes (latinisiert Renatus Cartesius; \* 31. März 1596 in La Haye en Touraine; † 11. Februar 1650 in Stockholm) war ein französischer Philosoph, Mathematiker und Naturwissenschaftler.)

3) (Wikipedia: Pierre Paul Broca (\* 28. Juni 1824 in Sainte-Foy-la-Grande, Département Gironde; † 9. Juli 1880 in Paris) war ein französischer Mediziner, Chirurg, Anatom, Pathologe und Anthropologe. Nach ihm wurde u. a. eine schwere Sprachstörung benannt, die sogenannte Broca-Aphasie (siehe Fall des „Monsieur Tan“), sowie die entsprechende Gehirnregion (Broca-Areal)

4) (Wikipedia: Das limbische System (lat. limbus „Saum“) ist eine Funktionseinheit des Gehirns, die der Verarbeitung von Emotionen und der Entstehung von Triebverhalten dient. Dem limbischen System werden auch intellektuelle Leistungen zugesprochen. Die Sichtweise, bestimmte Funktionen (wie die Triebe) nur auf das limbische System zu beziehen und als vom Rest des Gehirns funktionell abgegrenzt zu betrachten, gilt heute als veraltet. Andere kortikale und nicht-kortikale Strukturen des Gehirns üben einen enormen Einfluss auf das limbische System aus. Die Entstehung von Emotion und Triebverhalten muss also immer als Zusammenspiel vieler Gehirnteile gesehen werden und darf nicht dem limbischen System allein zugesprochen werden.

5) (Wikipedia: Als glymphatisches System wird ein mutmaßliches Entsorgungssystem für Abfallstoffe im Zentralnervensystem (ZNS) der Wirbeltiere bezeichnet, also in Gehirn und Rückenmark. Der Name ist ein Neologismus (eine Wortneuschöpfung) aus den Begriffen Glia und lymphatisches System und wurde von einer Forschergruppe um Maiken Nedergaard (Rochester und Kopenhagen) 2013 eingeführt, die das System erstmals als eine funktionelle Einheit beschrieb. Ähnlich dem lymphatischen System, das außerhalb der Hirnhaut endet, also nicht im ZNS vorkommt, wird das glymphatische System als ein fließendes Kreislaufsystem zum Abtransport von überflüssigem und schädlichem Material verstanden.)

## Die Herkunft von Jin Shin Jyutsu – Teil 2

David Burmeister, Betsie Haar und Anita Willoughby, USA

(amerikanische Winterausgabe 2019)

MARY BURMEISTER  
(MARIKO IINO)



Obwohl Jiro Murai Japan nie verlassen hatte, war es sein Wunsch, die Kunst des Jin Shin Jyutsu der Welt verfügbar zu machen. Eine junge Amerikanerin mit japanischen Wurzeln schien ihm geeignet, ihm bei der Umsetzung dieser Vision zu helfen.

Geboren 1918 in Seattle, Washington, ging Mary Iino in den späten 1940ern nach Japan, um als Übersetzerin zu arbeiten und Diplomatie zu studieren. Sie war bei der Familie Sato zuhause, um Studenten in Englisch zu unterrichten, als sie hörte, dass Sensei (Lehrer) Murai kommen würde. Als Murai eintraf und Mary begegnete, fragte er unvermittelt, ob sie das Geschenk des Jin Shin Jyutsu nach Amerika bringen würde. Nicht wissend, was ihr da angeboten wurde, aber ohne zu zögern sagte sie ja. Damit begann ihre lebenslange Reise und Hingabe an Jin Shin Jyutsu. Kurz danach begann Mary mit Jiro zu studieren, ihr Vater Uhachi Iino, der während des Krieges in einem US-Internierungslager inhaftiert war, kam nach Japan zurück.

Auch er wurde ein Jin Shin Jyutsu-Schüler. Mary und Uhachi Iino entwickelten eine tiefe und anhaltende Freundschaft mit Jiro Murai.

Marys ursprünglicher Plan war, in Japan zu bleiben und ihr Studium bei Murai fortzusetzen. Mary konsultierte Jiro Murai, als Gilbert Burmeister, ein Amerikaner, den sie in Japan kennengelernt hatte, ihr einen Heiratsantrag machte. Murai kannte Gilbert, er hatte ihn wegen einer ernsthaften Krankheit bereits behandelt und fragte Mary, ob sie ihn liebe. Die Antwort war ja. Er sagte ihr, dass das Leben als Mutter und Haushaltsvorstand von großer Wichtigkeit sei und dass das ihr Training kompletieren würde; dieser Ratschlag war eine ziemliche Überraschung. Er versprach, mit ihr in Kontakt zu bleiben und zu korrespondieren, sodass sie ihr Studium des Jin Shin Jyutsu fortsetzen konnte. 1953 ging sie nach Amerika zurück, um Gilbert zu heiraten und ihr Studium bei Murai fortzusetzen. Ihr Vater Uhachi Iino blieb in Japan und studierte weiter mit Murai und arbeitete mit Klienten. Uhachi war ein wichtiger Informant für Mary, was Murais Entdeckungen betraf. Murai entwickelte weiterhin seine Theorien und kreierte bis zum Ende seines Lebens standardisierte Ströme.

DIE LEHRERIN  
MARY BURMEISTER



Nach Marys Rückkehr nach Amerika begann der nächste Lebensabschnitt als Ehefrau und Mutter. Zusätzlich zur Familienarbeit mit zwei Kindern studierte sie Jin Shin Jyutsu und begann mit Familienmitgliedern und Freunden zu strömen. Es dauerte nicht lange, bis man in Los Angeles von einer Japanerin hörte, die eine unglaubliche Begabung hatte, Menschen zu helfen, ihre Schmerzen und Krankheiten zu lindern. Kurze Zeit später sah sie sich von morgens bis abends strömen, indem sie ihre heilenden Hände mit Menschen teilte, die den Weg in ihr Haus gefunden hatten.

1965, 12 Jahre nachdem sie aus Japan

### Genau wie bei Jiro Murai hörte Marys Studium und ihre Entwicklung von Jin Shin Jyutsu niemals auf.

zurückgekehrt war, begann sie Jin Shin Jyutsu zu unterrichten. Ihren ersten Kurs hielt Mary vor einer Gruppe von Chiropraktikern, die von ihr über ihre Nachbarin May DeFont gehört hatten. Diese war von Mary wegen ihrer Migräne geströmt worden. Zahlreiche Schüler kamen zu ihr, als sie begann, die Kunst des Jin Shin Jyutsu weiterzugeben. Mit ihrem Hintergrund als Übersetzerin fand Mary Wege, um japanische Konzepte und Begriffe, die sie von Murai gelernt hatte, ins Englische zu übersetzen. Sie brachte die Theorie und Philosophie von Jin Shin Jyutsu mit westlichen Konzepten in Beziehung. Mit ihrer Freundin Patricia Meador hörte sie in den 60ern in Los Angeles Vorträge von Manley Hall. Sie studierte alte Weisheitsschulen, griechische Philosophie und Mythologie, Numerologie, Astrologie und andere Methoden, die in den Aufbrüchen der 60er Jahre kulturell akzeptiert wurden und sah Verbindungen zu Jin Shin Jyutsu.

Mary unterrichtete Einfachheit, die Wichtigkeit im Jetzt zu sein sowie die fundamentale Wichtigkeit des Atems als ursprünglichen Ausdruck der Lebensenergie. Sie teilte Murais Anpassungs-

(Harmonisierungs-)Ströme, die er erarbeitet und festgelegt hatte, egal welche Kenntnisse von TCM oder Traditioneller Japanischer Medizin bei den Schülern vorhanden waren. Sie sprach über das „Nichts“, das alte Konzept von Leere und machte es für ihre Schüler durch Worte und Handlungen lebendig. Genau wie bei Jiro Murai hörte ihr Studium und ihre Entwicklung von Jin Shin Jyutsu niemals auf.

Eine von Mary Burmeisters größten Beiträgen zur Kunst des Jin Shin Jyutsu war die Theorie der Tiefen, dem Integrieren von theoretischem und praktischem Verständnis davon, wie sich universelle Energie in Materie transformiert. Zusätzlich betonte sie die Wichtigkeit der Selbsthilfe. Wie Jiro Murai glaubte sie, dass der Mensch seine eigene Quelle für Gleichgewicht, Wohlbefinden und Heilung sein könnte. Über Jahre entwickelte sie die Kunst der Selbsthilfe und kreierte praktische und einfache Anwendungen.

1987 begann Mary langjährige SchülerInnen auszubilden, um das Unterrichten von Jin Shin Jyutsu weiterzuführen. Im März 1990 stürzte sie zuhause und zog sich eine ernsthafte Kopfverletzung zu, die ein sofortiges Ende ihres Unterrichts zur Folge hatte. Am 27. Januar 2008 verstarb sie.

## HARUKI KATO



Haruki Kato wurde am 14. Januar 1928 in Tokio, geboren, im 7. Schwanger-

schaftsmonat. Dank der Bemühungen seiner Eltern überlebte er, allerdings war seine Gesundheit aufgrund der Komplikationen stark beeinträchtigt.

Mit der konventionellen medizinischen Behandlung konnte ihm nicht geholfen werden. Auf Empfehlung eines Verwandten wurde er schließlich zu einem Arzt gebracht, der mit Akupressur behandelte, und innerhalb einer Woche nach der Behandlung war die Verdauung normal und er begann zu laufen. Er sagte: „Aufgrund unserer Er-

## Der Mensch kann seine eigene Quelle für Gleichgewicht, Wohlbefinden und Heilung sein.

fahrung haben meine Eltern und ich an die geheimnisvolle Kraft der asiatischen Medizin geglaubt.“

Mit Anfang Zwanzig begann Haruki



Kato, sich für die heilende Kunst des Jin Shin Jyutsu zu interessieren und ab 1953 besuchte er Murais Studiengruppe und Vorträge. Er wurde ein bedeutender Schüler, studierte und praktizierte mit Murai bis an Murais Lebensende.

Im Rahmen seiner Ausbildung bei Murai ging Kato zur Akupunkturschule und wurde lizenziierter Akupunkteur. Dies brachte ihm berufliches Ansehen



in der japanischen Gesellschaft und sicherte ihn rechtlich ab. Seine wahre Berufung war jedoch Jin Shin Jyutsu und nach Murais Tod wurde Kato zum direkten Nachfolger in Japan ernannt. Sein Leben lang hat Kato für Jin Shin Jyutsu gelebt.

Haruki Kato stand viele Jahre lang mit Mary Burmeister im Briefwechsel, nachdem Mary wieder zurück in die USA gezogen war. Er half ihr, ihr Studium fortzusetzen und hielt sie über Murais Forschungen und Entwicklungen auf dem Laufenden. 1992 reiste er zum ersten Mal nach Amerika, um Mary Burmeister zu treffen und sich mit dem Lehrerkollegium von Jin Shin Jyutsu, Inc. auszutauschen. Kato führte zwei Kurse für Jin Shin Jyutsu-Schüler durch, einen in Honolulu und einen in Osaka, Japan. Im Jahr 2014 verstarb er und sein Sohn Sadaki folgte ihm ins Lehrerkollegium. Sadaki praktiziert in Tokio und unterrichtet auf der Grundlage des Lehrmaterials seines Vaters auf der ganzen Welt.

© 2017 Jin Shin Jyutsu, Inc.  
Alle Rechte vorbehalten

*„A breakthrough is to go beyond limits. Limits are imposed by ourselves“*

*„Ein Durchbruch bedeutet Grenzen überschreiten. Grenzen sind selbst auferlegte Limitierungen.“*

aus: „Whats Mary says...“ S. 14



HEDI ZENGERLE

Mit der uns bekannten Begeisterung gab Eika am Samstagabend den jetzt fertiggestellten Dokumentationsfilm „Jin Shin Jyutsu – die neue Perspektive“ von Sebastian Rost und Anke Wallis frei.

Der Film steht ab sofort der interessierten Öffentlichkeit zur Verfügung.

Wenn du zur Verbreitung des Films beitragen willst, bist du herzlich dazu eingeladen. Verweise dazu entweder auf diese Seite oder binde das Video auch auf deiner Seite ein (<https://vimeo.com/294970615>). Wenn du dabei Unterstützung brauchst, wende dich per Mail an [film@jsj-ev.info](mailto:film@jsj-ev.info). Wir freuen uns, wenn der Film seinen Weg in die Welt nimmt.

Es wurde gemeinsam geströmt, es gab nicht nur das Essen zu verdauen, sondern auch die Gedanken klärende Selbsthilfe Magenstrom, was bekanntlich immer wirkt. Nach angeregten Debatten wurde der Gruppe NEUN von den Teilnehmern am Abschlussabend das Mandat erteilt, im begonnene Prozess weiterzuarbeiten und den Raum vorzubereiten, in dem eine breitere Diskussion zu Zukunftsthemen stattfinden kann.

Hochmotivierte PraktikerInnen und OrganisatorInnen haben zwei Tag lang konstruktiv zusammengearbeitet unter großartiger fachlicher Prozessbegleitung von MaLu Stiefel.

UTE SCHRAUT

Was sich am Rande bei mir regt und bewegt:

Es ist das Thema, JSJ-Praktiker als Berufsbild im klassischen Sinne neben Chiropraktikern, Osteopathen oder Physiotherapeuten u.v.m. zu etablieren. JSJ hat ungeahnte körpertherapeutische Möglichkeiten, die unbedingt dem Gesundheitswesen angeboten werden sollten. Die Form des Wie ist ein anderes Thema und ich bin mir sicher, es findet sich hier eine Lösung.

Diese japanische Methode bietet darüber hinaus noch viel mehr. Die Philosophie, die sich im Laufe der Zeit, im Laufe der Anwendungen an uns selbst

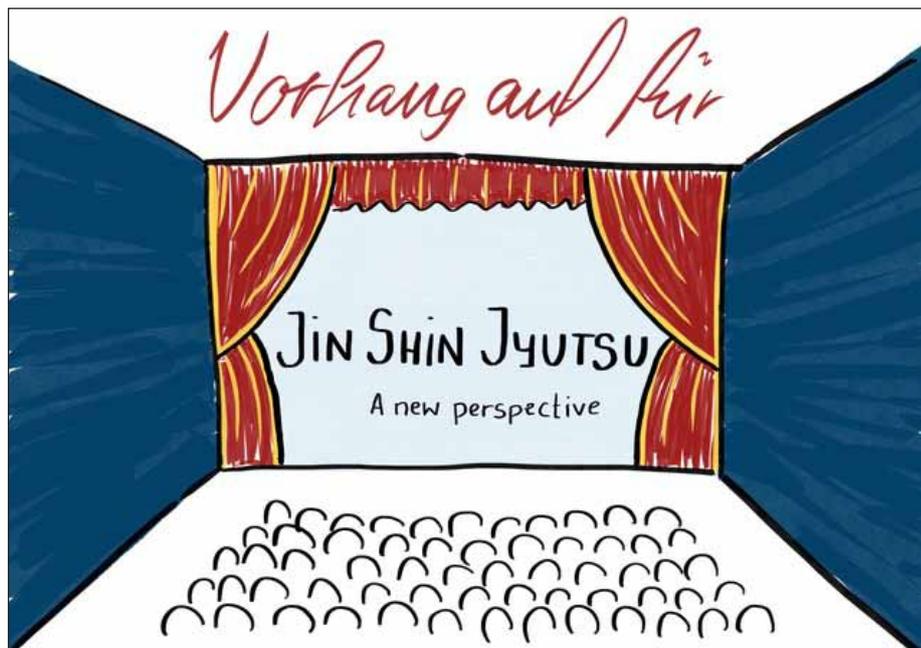
erschließt. Je länger wir strömen, desto stabiler werden wir. JSJ begleitet uns bei Lebensprojekten aller Art. Es ist genauso das tägliche Ritual, das unsere Achtsamkeit, unsere Selbstwahrnehmung erhöht und als Prävention genutzt werden darf. Ein großes Geschenk, für das wir täglich Danke sagen dürfen.

Mary sagt: „Alles lernen ist ein Studium der Zusammenhänge. Wenn ich mich selbst verstehe, verstehe ich das Ganze.“ Da reichen keine xy 5-Tagekurse oder eine Teilnahmebestätigung aus Scottsdale, wenn wir reif sind, das weiterzugeben, was wir durch JSJ und unser Leben als Geschenk empfangen,

dann sind wir frei. Natürlich dürfen wir die Kunst von Anfang an weitergeben, an jene, die dafür offen sind. Die Handgriffe, die Ströme sind das, was für den Künstler Farben, Wasser und Pinsel sind. Die Kunst entsteht mit diesen Werkzeugen.

JSJ ist still, wir brauchen es nicht vermarkten. Menschen die JSJ leben, sind unsere Werbeträger. Ihre Geschichten zu erzählen kann vielen helfen. Die Interessierten kommen freiwillig und je mehr sie von diesem wundervollen Geschenk hören wollen, umso größer wird ihr Kreis.

*Liebe Fördermitglieder,  
die ihr uns so wunderbar unterstützt habt...*



... endlich ist es soweit, wir präsentieren euch den fertigen Film!

Danke an euch alle, dass ihr mit eurer Mitgliedschaft und euren Spenden den Film ermöglicht habt!

Wir hatten vergangenen Samstagabend eine ganz wundervolle Premiere auf dem Praktiker-Treffen am Tempelhof.

Es war ganz berührend und unglaublich schön, die Resonanz auf unseren Film zu spüren!

Nun haben wir beschlossen, den Film für Alle zugänglich online zu stellen. Wir haben ihn auf der Seite

der Deutschen Gesellschaft für Mary Burmeister Jin Shin Jyutsu e.V. verlinkt.

Klicke hier und du wirst ihn sehen:  
[jsj-ev.info/filmprojekt](https://www.jsj-ev.info/filmprojekt)

Wir wünschen uns, dass dieser Film dazu beiträgt, Jin Shin Jyutsu noch bekannter zu machen. Daher teilt ihn gerne, verlinkt, zeigt ihn auf euren Websites.

(Link zum Einbetten: <https://vimeo.com/294970615> - Benötigt ihr dazu Unterstützung, meldet Euch gerne bei uns.)

Der Film ist auf Deutsch und Englisch. Damit ihn aber alle verstehen, gibt es bisher deutsche und englische Untertitel - unten rechts einzustellen, in dem Ihr auf den CC-Button klickt.

## ANKÜNDIGUNG

Wir freuen uns ankündigen zu können, dass der Film ein weiteres mal auf größerer Leinwand auf dem Österreichischen Symposium

gezeigt wird:

<https://www.jsj.at/de/symposium2019/>

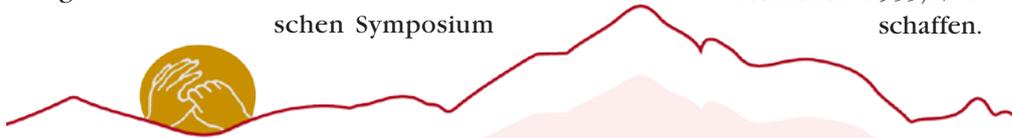
SPENDENSTAND:

Von unserem angestrebten Ziel der 26.000 €, sind sagenhafte 24.044,53 € zusammen gekommen. Wir würden uns freuen, wenn wir auch die restlichen 1.955,47 € schaffen.

EIN AUSBLICK:

Unter anderem durfte ich (Anke) an diesem Abend meine vollendete Diplomarbeit vorstellen. Ein Buch. Ein illustriertes, handgeschriebenes Tagebuch über meinen Weg in das Universum des Jin Shin Jyutsu, kombiniert mit Wissens-Elementen und Strömtipps. Es fand so viel Anklang, dass ich mich nun auf die spannende Reise begeben werde, es zu veröffentlichen. Wir werden Euch informieren, sobald es zu erwerben ist.

*Alles Liebe von Anke, Basti & Eika*



## «HANDS ON» JIN SHIN JYUTSU SYMPOSIUM 2019 20.-21. SEPTEMBER – THAUR/TIROL

### Jin Shin Jyutsu – sich stärken für das Abenteuer Leben



2 Tage Informatives und Praktisches zur Gesundheitsprävention:  
Vorträge, Workshops, Strömen praktisch erleben, Büchertisch u.v.m.

**HANDS ON** Das Zusammenleben bereichern – neue Perspektiven und berührende Erlebnisse schaffen – mutig, lustvoll und mit viel Herz

### **FREITAG** 20. SEPTEMBER 2019

- 19:30h** Eröffnung Symposium  
Monika Fiechter-Alber, Vereinsobfrau JSJ Österreich
- 19:45h** Vortrag Dr. med. Michael Wirnsperger  
„Gesundheit ist mehr als die Abwesenheit von Krankheit“  
Der Mensch im Spannungsfeld von Medizin und Eigenverantwortung

### **SAMSTAG** 21. SEPTEMBER 2019

- 9:15h** Begrüßung Brigitte Purner
- 9:30h** Vortrag Michael Wenninger (in Englisch mit Übersetzung)  
„Was nährt mich, was nährt uns?“  
Wenn „ich mich kenne“, nähre ich mich und andere
- 11:00h** *Workshops* siehe Programm  
Strömen praktisch erleben
- 12:00–13:45h** Pause, Vegetarisches Mittagessen  
Kaffee & Kuchenbuffet
- 14:00h** *Workshops* siehe Programm  
Strömen praktisch erleben
- 15:00h** *Workshops* siehe Programm  
Strömen praktisch erleben
- 16:15h** Abschluss

## Gemeinsam in die Zukunft

Erstmals seit vielen Jahren hat in diesem Jahr kein Organisatorentreffen stattgefunden. Die LehrerInnen und ich vermissen euch und diesen besonderen Austausch. Es war für uns keine einfache Entscheidung, das Treffen in diesem Jahr ausfallen zu lassen. Wir genießen die Zeit mit euch und freuen uns auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr.

Lasst uns bitte wie immer wissen, wie wir euch, die LehrerInnen und die Kurse besser unterstützen können. Wir danken euch, dass ihr die BotschafterInnen der Kunst des Jin Shin Jyutsu seid und dies so tatkräftig mit eurer Gemeinschaft teilt. Eure Arbeit und euer Einsatz sind eine wichtige Brücke zwischen den LehrerInnen und SchülerInnen.

Meine Anerkennung für die engagierten JSJ-Praktiker, die in konstruktiven Zusammenwirken sich den aktuellen Entwicklungsanforderungen stellen. So können wir hoffnungsvoll gemeinsam in die Zukunft schauen.

Liebe Grüße,  
David Burmeister,  
Direktor, MB JSJ Institute

Das nebenstehende Faltblatt  
ist auf allen Websites der  
vier JSJ-Vereine zu finden

Gruppe NEUN setzt sich für die Zukunft von Jin Shin Jyutsu ein.

Dafür arbeiten Mitglieder der vier deutschsprachigen Jin Shin Jyutsu-Vereine gemeinsam an einer Perspektive für Europa.

## Gruppe NEUN

JIN SHIN JYUTSU

### Aus Worten werden Taten

Um die vielfältigen Aufgaben bewältigen zu können, brauchen wir Menschen, denen das Jin Shin Jyutsu genau so am Herzen liegt wie uns.

Wir möchten daher alle, die ihre Erfahrung, ihre Kompetenz und ihre Begeisterung einbringen möchten, dazu einladen, sich am Prozess und der Umsetzung der Ideen zu beteiligen.

Innerhalb thematischer Arbeitsgruppen können Zukunftsbausteine für Jin Shin Jyutsu gestaltet werden.

Gruppe NEUN fungiert während dieser Zeit als Koordinationsstelle, an der Informationen und Aktivitäten zusammenkommen. Wir verstehen uns als Impulsgeber und möchten Inspirations- und Motivationsquelle sein.

### Aus Gedanken werden Worte

Die Jin Shin Jyutsu-Landschaft verändert sich zusehends. Um diese Lebenskunst in ihrer ursprünglichen Form zu erhalten und weiterzugeben, wollen wir in folgenden Bereichen aktiv werden:

- Einen - möglichst zertifizierbaren - Ausbildungsweg für Jin Shin Jyutsu-Praktizierende entwickeln als Grundlage für ein neues Berufsbild
- Eine professionelle Organisationsform finden, die dem dient
- Die Position von Jin Shin Jyutsu im Gesundheitswesen stärken
- Forschung zur Wirkung von Jin Shin Jyutsu anregen
- Jin Shin Jyutsu in der Tradition von Jiro Murai, Mary Burmeister und Haruki Kato weiterführen
- Durch Nachwuchskonzepte die Zukunft von Jin Shin Jyutsu sichern
- Die Verbreitung von Jin Shin Jyutsu durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit erhöhen
- Die Vernetzung länderübergreifend fördern

### Kontakt zu uns:

[kontakt@jsj-gruppe-neun.eu](mailto:kontakt@jsj-gruppe-neun.eu)

Transparenz und offene Kommunikation sind für uns wichtige Grundlagen für das Gelingen. Wir sind uns bewusst, dass unsere Aktivitäten als Gruppe NEUN vermutlich Auswirkungen auf bestehende Strukturen und Institutionen im Bereich Jin Shin Jyutsu haben werden. Uns ist an einem konstruktiven Miteinander und direktem Austausch mit allen Beteiligten gelegen.

Deutsche Mary Burmeister  
Gesellschaft für JSJ e.V.  
[www.jsj-ev.info](http://www.jsj-ev.info)  
Eika Bindgen  
Anke Oltmann

Verein JSJ Österreich  
[www.jsj.at](http://www.jsj.at)  
Brigitte Purner  
Hedi Zengerle

Verein JSJ Ostschweiz  
[www.hands-on.works](http://www.hands-on.works)  
Iva Herzmann

Deutscher Fachverband JSJ e.V.  
[www.df-jsj.de](http://www.df-jsj.de)  
Sabine Bräuning-Stoll  
Thomas Neymeyer  
Toshiko Schmidt

# „Sternenstaub“ oder „Mitochondrien- Aktivatoren“

Im Gespräch mit  
Dr. Peter Rohsmann

CHRISTINE  
ESCHENBACH

Es soll eine Art „Sternenstaub“ geben, der überall im Kosmos vorkommt und dem eine besondere Rolle bei der Entstehung des Lebens zugesprochen wird. Mich ließ dieser Begriff aufhorchen und sofort sah ich Parallelen zur Kunst des Jin Shin Jyutsu. So fand ich in verschiedenen Artikeln von Dr. Rohsmann den Hinweis auf die positive Wirkung dieses „Sternenstaubs“ auf die Mitochondrien und ihre Funktion als unsere Zellkraftwerke. Im Jin Shin Jyutsu laden wir ja durch das Strömen der Energieschlösser unsere Lebensbatterie mit kosmischer universeller Energie wieder auf und im Textbuch II hat mich immer schon der Satz fasziniert und ist für mich „Programm“: „Die siebzehn Arten „individualisierter“ Körperfunktionsenergie steigen im ganzen Körper ab und auf, um die physische Form sowie das unsichtbare Bewusstsein, Stimme und Energie zu erzeugen.“<sup>1)</sup> Nun gibt es dieses neu entdeckte Vitamin B, das unsere Nervenzellen, unsere Muskeln und unser Herz schützt, indem es Fehlfunktionen in den Mitochondrien vorbeugt. Ich betrachte es als Hoffnung für alle Menschen, besonders aber auch für Menschen, die an Parkinson und MS erkrankt sind.

So fragte ich Dr. Rohsmann:  
Wann und von wem wurde dieses  
Vitamin entdeckt?

DR. PETER ROHSMANN:

PQQ wurde 1964 vom norwegischen Biochemiker Jens G. Hauge entdeckt. Der japanische Hirnforscher Tadafumi Kato fand im Jahr 2003 das PQQ in den Gehirnen von Säugetieren, einschließlich des Menschen. Schon dieses japa-

nische Forscherteam klassifizierte PQQ als neues B-Vitamin.

CHRISTINE ESCHENBACH

Warum ist dieses Vitamin in Verbindung mit einer Kur mit einem Manganlaktat so wichtig für das Nervensystem und die kognitive Leistung des Gehirns?

DR. PETER ROHSMANN

Unsere Nervenzellen, einschließlich der Neuronen des Gehirns, lieben das Laktat als Brennstoff. Deshalb stellen die Gliazellen, also die Bindegewebszellen des Gehirns, Laktat her und transportieren es in die Neuronen. Schon 5 Minuten bevor wir aufwachen, wird die Laktaterzeugung hochgefahren, um den zu erwartenden Energiebedarf so besser decken zu können.

Neben dem Laktat ist das PQQ ein Signalmolekül, das die Zellen damit beauftragt, neue Mitochondrien zu bilden. Dies geschieht durch eine vermehrte Teilung der vorhandenen Mitochondrien. Wenn Sie zugleich durch „Kurzzeit-Fasten“ und Sport die schwachen Mitochondrien in den Zellen abbauen, dann vermehren Sie nur die leistungsfähigen Mitochondrien.

Studien zeigen, dass 20 mg PQQ kombiniert mit 300 mg Coenzym Q10 als

Sommer, Sonne,



Tagesdosis die Abnahme der kognitiven Fähigkeiten bei alternden Menschen, rückgängig machen können.<sup>2)</sup>

CHRISTINE ESCHENBACH

„Rückgängig machen können“ was für eine Chance!

Aus eigenem Betroffensein weiß ich und konnte es fast zu 100 Prozent beim ersten Gespräch mit schwererkrankten Patienten beobachten, dass vor einer besorgniserregenden Diagnose, wie Krebs, MC oder Parkinson, es Lebensphasen gab, in denen einschneidender Schock oder Dauerüberlastungssituationen nur oberflächlich bewältigt und kein Weg aus dem vorgegebenen Lebensstil gefunden wurde. Ein dauerhaft erhöhter Energieverlust kann vom Körper nicht mehr kompensiert werden. Diesen Mangel an Energie, den der Vater von Heike so ausdrückte als „Im eigenen Körper gefangen zu sein“, finden wir auch bei vielen Depressionen und Erschöpfungszuständen. Letzteres nennen wir den „Schmerz der Leber“. Sich um die Mitochondrien zu kümmern, scheint mir eine gute Option.

<sup>1)</sup> Text 2, Mary Burmeister, S. 3, die Unterstreichung des Wortes „Energie“ ist von der Autorin vorgenommen worden.

<sup>2)</sup> Arcadia Eden, natürlich gesund, Mitochondrien-Aktivierung [www.arcadia-eden.com](http://www.arcadia-eden.com)

## SICHERHEITSENERGIESCHLOSS 3

### Offenheit

Matthias Bergmann, Berlin

Indem ich verschiedene Weisheits-Systeme studiert habe, wurde mir klar, dass viele von diesen Systemen wie Scheinwerfer Jin Shin Jyutsu aus unterschiedlichen Richtungen ausleuchten, so dass dadurch mein Verständnis von Jin Shin Jyutsu größer geworden ist. Über diese Forschungen berichte ich in dieser Serie zu den Sicherheitsenergieschlössern.

#### AKTIV ETWAS NEUES ERSCHAFFEN

Aus 1 entsteht alles und wird durch 2 reflektiert und damit für uns sichtbar. 3 macht das Ergebnis konkret und bringt es aktiv hinaus in die Welt, indem es etwas Neues gebärt. Darum steht die 3 für Vermehrung, Wachstum und Ausdruck. Zwei sind zusammen gekommen und haben zusammen aktiv etwas neues Drittes erschaffen. Mutter und Vater haben ein Kind gezeugt und geboren. Am Schloss 3 beginnen die Vermittlerströme in die Arme zu fließen. Diese und die drei Schlösser 17, 18 und 19 am Arm stehen für Aktivität und dafür, meine Ideen in die Handlung und hinaus in die Welt zu bringen.

Im 42. Gedicht des Tao Te King heißt es: Der Weg erzeugte Eins.

Eins erzeugte Zwei.

Zwei erzeugte Drei.

Und Drei erzeugte die zehntausend Dinge.

Die zehntausend Dinge tragen das Yin und umfassen das Yang.

Durch Verschmelzen ihrer Energien erreichen sie Einklang.

#### GEGENSÄTZE ZUSAMMEN BRINGEN

Dieses Dritte bringt Gleichgewicht zwischen den Gegensätzen, zum Beispiel Gleichgewicht zwischen Ein- und Ausatmen oder Gleichgewicht zwischen Empfangen und Geben. Besitze ich die Unterscheidungskraft der 3, dann bin ich einfach nur Zeuge der Geschehnisse und sehe mir die Welt der Gegensätze als entspannter Zuschauer von der Tribüne

aus an. Wenn die 3 allerdings angespannt ist, werde ich zum urteilenden Richter des Tribunals.

3 ist die Heilung der Gegensätze, sie entspannt alle Stresse der Welt, die durch das Leben in der Welt der Gegensätze entstanden sind. Sie ist ein Symbol der Erkenntnis. Sie schafft eine neue, dreidimensionale Ebene der Betrachtung, die der Wirklichkeit der Einheit, welche nicht beschreibbar ist, näher ist, als es die Dualität ist. Das Christentum hat auch den schönen Begriff der Dreieinigkeit. Er beschreibt, dass die Drei uns in eine Form der Einheit zurückführt. Gott wird im Christentum und im Hinduismus als Trinität gesehen.

#### UNTERSCHIEDEN UND VERSTEHEN

Vom Standpunkt des Dritten kann ich besser zwischen den gegensätzlichen Standpunkten unterscheiden. 3 hilft mir, mit Unterschieden leben zu können und hilft damit auch meine Beziehungen zu verbessern und mehr Verständnis für mich und andere zu entwickeln.

#### SCHUTZ UND OFFENHEIT

Die 3 ist wie die schwingende Tür des Lebens, die alles Verbrauchte hinaus und frischen Wind hinein lässt und zwar geistig, emotional und körperlich. Ist die 3 stabil, bleiben einerseits Probleme, Projekte und Beschwerden draußen und ich lasse mich nicht negativ beeinflussen, zum Beispiel treffen Beleidigungen mich nicht mehr (Schutz). Andererseits lässt die intelligente und offene 3 die natürlich überfließende Fülle in mein Leben hinein.

#### EMOTIONALES GLEICHGEWICHT

Ich lasse alle Einstellungen, Abneigungen und Anhaftungen los und empfangen Neues. Die 3 harmonisiert die Brustebene und damit meine Emotionen und meinen Atem. Sie arbeitet mit der 15, dem Freudebringer, zusammen, was mich zum lachenden Dritten macht.

#### DIE 3 IM MANGEL

Wenn meine Tür verschlossen ist, kann

Bildfigur, Melanie Reinagl

## Die kleine riesengroße Seele Milana

In Windeseile verbreitete sich dieses wunderschöne Büchlein unserer JSJ-Kollegin Silvia Mathilde Franz. Es geht um die kleine riesengroße Seele, die sich, wie wir ja alle mal, auf den Weg zur Erde gemacht hat. Sie hat ein genialen Plan:

„Menschen wieder zum Strahlen zu bringen und sie daran zu erinnern, wie wertvoll sie sind“.

Heißen wir dieses Büchlein über die Seele der ‚JSJ-Kollegin‘ Milana in unseren Herzen willkommen.

Autorin: Silvia Mathilde Franz,

[www.silvia-mathilde-franz.at](http://www.silvia-mathilde-franz.at)

Künstlerische Gestaltung:

Melanie Reinagl,

<http://melanie.reinagl-messmann.at>



ich schlecht unterscheiden, was mir guttut und was nicht. Darum will ich das Neue, welches mir gegeben wird, nicht in mein Leben lassen. Ich habe das Gefühl, mich nicht gegen die Einflüsse von außen schützen zu können, denn alles strömt in mich hinein. Darum will ich mich am liebsten verschließen. Ich habe wenig Verständnis und Toleranz für andere Meinungen.



## DIE GEBURT

Das 3. Hexagramm im I Ging ist ein dynamisches Zeichen.

Es hat zwei Seiten. Einerseits gibt es eine gewisse Bedrohung, so wie ein Seiltänzer vom Schreck bedroht wird. Andererseits bahnt sich das neue Leben nach einigen Widerständen, wie bei der Geburt, seinen Weg und setzt sich durch. Das Zeichen symbolisiert auch das Herz und den Blutkreislauf.



## DIE KAISERIN

Sie repräsentiert das Unterbewusstsein als die Mutter aller Ideen. Sie schafft Ordnung, indem sie diese Gedanken-Samen und neuen Bilder, so wie den Weizen auf dem Bild, zum

Reifen bringt, also die Ideen wachsen lässt und differenziert.

Auf dem Bild gibt es viele Venus-Symbole: die Zypressen, der Myrtenkranz, die Weizenähren, die sieben Perlen am Hals und das Kupferschild mit dem Zeichen der Venus, welches sich vom Handspiegel ableitet, denn Venus ist die Göttin der Schönheit.

Erfüllt vom VERSTEHEN des vollkommenen Gesetzes werde ich von Augenblick zu Augenblick auf den Pfad der Befreiung geführt.

Das mütterliche Tarot betont die Ruhe und Entspannung nach getaner Arbeit an einem warmen Sommertag.

In der griechischen Mythologie geht es um Demeter, die warme Muttergöttin der Mutter Erde. Sie herrscht über die Natur mit ihren Zyklen und bringt uns den Überfluss der Erde. Sie

ist für Hochzeiten, Schwangerschaften und Geburten zuständig. Wenn ihre Tochter Persephone für drei Monate zu ihrem Mann Hades in die Unterwelt zog, ließ Demeter auf Grund von Groll und Trauer die Natur im Winter absterben. So steht sie auch für das Nicht-Akzeptieren von dem, was nicht mehr zu verändern ist.



Der zugeordnete hebräische Buchstabe ist *Dalet*. Er bedeutet Türblatt, also den beweglichen Teil der Tür, der

versperrt oder hindurch lässt wie eine Gebärmutter. Die Tür steht für Verteidigung und Bewahrung von dem, was uns nützlich ist. Eine Tür symbolisiert auch Trennung und Ausbreitung, Verlassen und Rückkehr.

1 bedeutet Haus, 2 bedeutet Reisen. Die 3 als Tür ist die Verbindung zwischen beiden.

## STIER UND VENUS

Astrologisch ist SES 3 das Zeichen Stier zugeordnet. Dazu gehören die Venus und der Dickdarmstrom.

Der Stier ist ein Erdzeichen und steht für Fülle und Wohlstand. Er hilft mir meinen Raum in Besitz zu nehmen.

Die Venus ist die Schutzpatronin der

Liebe und der Geburt, der Schönheit und der Kunst. Sie bringt alles miteinander in Beziehung und hilft meiner Bindungsfähigkeit.

Der Dickdarmstrom unterstützt mich, konkret und produktiv meine Ideen umzusetzen.

## TCM

In der Nähe von SES 3 liegt der Punkt Blase 13, einer der wichtigsten Lungenpunkte, der sogenannte Zustimmungspunkt der Lunge.

## ANDERE 3ER SCHLÖSSER

Die 3er vereint die Idee, mit der Zweifelt meinen Frieden zu finden.

12: Dein Wille geschehe, das Höchste manifestieren oder Gewalt ausüben

21: „Entkommen aus geistiger Gefangenschaft“, daraus entsteht „Tiefe Sicherheit“

## KÖRPERLICH

Die 3 ist der große Punkt für die Lunge und damit für alle Erkältungen, es wirkt wie ein natürliches Antibiotika. Zusammen mit der 10 hilft es dem Herzen und allen Projekten mit der Stimme.

Mail: [info@homoeopathie-in-berlin.de](mailto:info@homoeopathie-in-berlin.de)

## SES 3 - Synthese und intuitive Intelligenz“

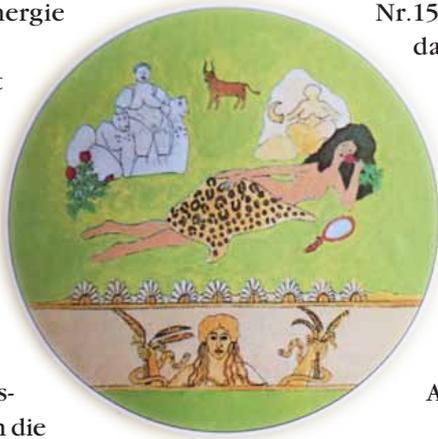
Christine Eschenbach

In der Geometrie ist die DREI die stabilste Form, die auch größeren Gebilden erst ihre Stabilität gibt wie zum Beispiel das Dreieck im Dachgebälk. Die ZWEI ist die Intelligenz des polar entgegengesetzten Prinzips zur nach außen zielgerichteten Handlung der EINS. Es ist die Bewegung hin zur EINS und zurück. Damit symbolisiert die ZWEI die Kraft der Polarität und des Gleichgewichts zwischen Gegensätzen. Im Jin Shin Jyutsu bezeichnen wir die ZWEI als unsere „heilige Intelligenz“ und die Qualität mit den Augen eines/einer SchöpferIn sehen zu können. Die DREI ist die Synthese, die stabiler ist als die Qualitäten der EINS und ZWEI. Das Zusammenkommen von mehr als zwei verweist auf eine Gruppenaktivität, die

zu mehr als der Summe der Teile führt. Schiller ließ es den geläuterten Tyrannen so sagen: „... lasst mich der Dritte sein in Eurem Bunde.“ Es stiftet Versöhnung und Frieden. Mein Blick auf das Bild der Herrscherin im Motherpeace Tarot, die ebenfalls die DREI symbolisiert, sieht hier nicht eine Frau, die nach getaner Arbeit sich ausruht, sondern sie zeigt für mich deutlich an, dass eine sinnliche Begegnung erwartet und vorab gefühlt wird. Auch Maria Magdalena wird in der Grotte von Saint-Maximin-la-Sainte-Baume in dieser Position dargestellt, Figuren im Grotteneingang einer eiszeitlichen Höhle waren bereits in dieser Position gezeigt. Das bedeutet, hier ist etwas viel Tieferes symbolisiert, was in unserem protestantische Arbeitsbegriff

verloren gegangen bzw auf den Sonntag als Ausruhtag reduziert wird. Die Herrscherin im Motherpeace Tarot erschafft und bringt hervor ohne das Idol und die Mühen des heutigen Arbeitsbegriffes zu bedienen. Sie liegt im Gras den Duft der Rose würdigend, um scheinbar einen Liebhaber zu erwarten oder sich vorzubereiten, das Mysterium der Erzeugung von Energie zu zelebrieren.

Die Qualität der DREI spricht von einem Beziehungsgefüge. SES 3 als Anfangspunkt des Vermittlerstroms greift genau dieses Thema auf mit der Schlussfolgerung: Gelingen die



Harmonie und das Gleichgewicht nicht in unseren Beziehungen nach innen oder außen wirkt sich das stets auf das Ganze aus und die Störung wird sich im Laufe der Zeit im ganzen Körper sich ausbreiten. Auf der Seite zur Anleitung des Öffnens von SES 3 finden wir die wichtige Anmerkung: „Öffnen Sie

zuerst „Sicherheits-“Energieschloss Nr.15“, ein Energieschloss, dass in unseren Leisten wohnt und damit in Bezug zu unserem Becken und unserem heiligen Schoßraum steht, der nicht auf die Erzeugung von Kindern begrenzt ist. Die Herrscherin kennt das Prinzip der Ausbeutung und Selbst-

ausbeutung nicht, sondern zeigt auf die Fähigkeit, freudvoll eine Beziehung einzugehen, die die tieferliegenden Bedürfnisse und eigenen Wünsche nicht verdrängt und abspalten muss, um als Idol eine Kaiserin zu repräsentieren. Die Herrscherin führt uns in die intuitive Tiefe hinein, in der Verständniss und glückvolle Lösungen gefunden und vorweggenommen werden können. Wir öffnen im JSJ SES 15 und initiieren das Lachen und die Lebensfreude. Dies ist die Basis, sinnvoll zu integrieren und lösungsorientierte Synthese zu finden, mit der ganzheitliche Prozesse geführt werden können, ohne „Arbeitsdruck“ und Wettstreit. Was für eine paradiesische Welt, die aus dem Motherpeace Tarot „heraus scheint“. Es gibt Vorbilder für den Wandel, der ansteht und auf den Jennifer Holme in ihrem Beitrag in dieser Ausgabe verweist.

## JSJ MIT TIEREN TEILEN

### *Mit Jin Shin Jyutsu zu den Tieren sprechen und ihnen zuhören*

Adele Leas, USA, amerikanische Frühlingausgabe 2019

Ich erinnere mich, in einem meiner ersten 5-Tagekurse Notizen über „vier Wege, um zu entscheiden, was in einer Sitzung behandelt werden soll“ gemacht zu haben. Der erste Schritt war, die Person anzusehen und zu sehen wie sie steht, sich bewegt – was im Fluss ist und was blockiert ist. Der nächste Schritt war, ihre Pulse zu hören. Wiederum etwas, was ich liebte, war, dass mir gesagt wurde, ich solle auf die Harmonie hören; Jin Shin Jyutsu diagnostiziert nicht, sondern sucht nach dem, was im Fluss ist und wie man andere Teile auch dahin bringt. Der dritte Schritt war, der Intuition zu lauschen – und zu vertrauen. Und dann letztendlich, Schritt vier, den Worten der Person zuzuhören; diesem am wenigsten Gewicht gebend im Entscheidungsprozess.

Jahre später, als ich tiefer eintauchte in die Arbeit mit allen möglichen Tierarten, war ich dankbar, diese Ideen als meine Grundlage für das „Wie“ des Teilens der Arbeit zu haben. Ich fühlte

mich gesegnet, mich fühlen zu können, als hätte ich die Erlaubnis und Anweisung von Mary, basierend auf der Art und Weise, wie die Arbeit an Menschen praktiziert wird.

Unzählige Male höre ich Leute mir sagen: „Ich würde alles geben, um zu wissen, was mein Hund / meine Katze / mein Pferd denkt und mir sagen will.“ Ich glaube, dass diese wundervolle Kunst von Jin Shin Jyutsu einen langen Weg hinter sich hat, um uns die Werkzeuge zur Verfügung zu stellen, die wir benötigen um viele dieser Informationen zu erhalten.

Es ist meine Erfahrung in meiner Arbeit mit Tieren und Menschen, dass zu viel reden tatsächlich eine Blockade für das wahre Teilen der Arbeit auf tiefster Ebene ist. Ohne diese Krücke, auf die man sich stützen kann, werden die Menschen, die eine Sitzung mit Tieren teilen, gezwungen innerlich genug ruhig zu werden, um wirklich die Essenz des Wesens zu hören, mit dem

sie zusammen sind.

Intuitiv mit Tieren zu kommunizieren, bedeutet Gedanken, Bilder und Emotionen mental auszusenden und zu empfangen. Intuitive Kommunikation ist eine Kunst und keine Technik, etwas, das sie mit JSJ gemein hat. Jeder hat dieses potenzielle Fähigkeit, aber sie muss gepflegt und geübt werden. Es ist meine Erfahrung, dass das Teilen von JSJ-Sitzungen mit Tieren die Kommunikationswege auf eine Weise öffnet, die nur wenige andere Möglichkeiten bieten.

Diese Geschichte zeigt, was ich meine auf eine lebensverändernde Weise. Vor etwa sechs Jahren ist ein Welpe in das Programm „Bedingungslose Liebe“ gekommen, ein Programm im Alaqua Tier-Rettungsheim, in dem ich als Mitarbeiterin tätig bin. Dieses Programm erlaubt uns, unerwünschte Hunde aus vernachlässigten oder missbräuchlichen Situationen zu retten und sie mit Insassen in einem mittelschweren



Sicherheitsgefängnis zusammenzubringen. Die Insassen können die Hunde trainieren und sich zu Hunde-Trainern ausbilden. Dieses Programm kommt sowohl den Tieren als auch den Insassen zugute und hilft jedem, besondere Fähigkeiten zu erlernen und seinen Platz in der Gesellschaft wiederzugewinnen. Ich habe die Häftlinge in JSJ unterrichtet seit Beginn des Programms vor etwa sieben Jahren. So üben sie nun Selbsthilfe und teilen Sitzungen mit jedem zum Programm gehörenden Hund.

Dieser kleine schwarze Labrador schien mir etwas Besonderes zu sein, und ich hatte das gute Gefühl, dass er vielleicht der Welpen sein könnte, nach dem ich gesucht habe, um ihn als Diensthund für den 20-jährigen Sohn Kyle meines Partners zu trainieren. Kyle hat seit seiner Geburt eine Tetraplegie. Ich war traurig, als der Welpe adoptiert wurde, bevor ich das schaffen konnte – aber andererseits froh, dass er eine gute Einführung in JSJ bekam. Anderthalb Jahr später erhielt ich einen Anruf, dass der Hund aufgrund einer unschönen Scheidung in das Tierheim zurückgebracht worden war. Aber statt eines süßen, ruhigen Hundes fand ich einen hektisch und ängstlich in seinem Gehege hin und her laufenden Hund vor, der versuchte, am Zaun hochzuklettern. Er konnte nicht spazieren gehen, weil niemand nahe genug herankam, um ihn an die Leine zu bekommen. Offensichtlich war etwas sehr schiefgegangen. Ich ging zu ihm und setzte mich in sein Gehege, summte leise und hielt meine Finger, ohne ihn direkt anzusehen. Nach „ein paar Momenten mehr oder

weniger“ war er nahe genug, dass ich ihn mit einer Hand streicheln konnte, dann mit zwei Händen. Dann ließ ich meine Hände langsam auf der Mitte der SES 10 und 13 ruhen. Er blieb stehen. Ich spürte, wie ein Zittern durch seinen ganzen Körper zog. Dann drehte er sich um und schaute mir direkt in die Augen und schmolz in sanfte, tiefe Atemzüge. Es schien, als könnte ich ihn sagen hören: „Ich erinnere mich daran. Ich kenne das.“ Und er wusste, dass er Händen, die ihn so hielten, vertrauen konnte. Wir blieben lange genauso und ich konnte fühlen, wie das Trauma seinen Körper verließ. Nach einer Weile, als ich den Hund, den ich einmal gekannt hatte, wiedererkennen konnte, erzählte ich ihm alles über Kyle und fragte ihn, ob er den wirklich wichtigen Job als seinen Diensthund haben möchte. Ich erzählte ihm von dem Rollstuhl und der Autorampe und von Dingen, die auf den ersten Blick beängstigend wirken könnten. Alles, was ich von ihm bekam, war „Ja!“ Also kamen einige Wochen später der Cheftrainer für das Programm und Kyle zusammen, um diesen kleinen Kerl zu treffen und zu sehen, ob er das bewältigen könnte. Er war unerschütterlich, ruhig, zentriert und sehr bereit, alles zu tun, was von ihm verlangt wurde. Kyle gab ihm den neuen Namen Roscoe und er ging zurück ins Gefängnisprogramm mit dem klaren Ziel, Kyles Servicehund



zu werden. Wir nahmen einen Rollstuhl mit ins Gefängnis und Roscoe sah seinen Trainer während der gesamten Zeit seines Aufenthalts nicht außerhalb des

Rollstuhls. Kyle und Roscoe sind nun seit fast drei Jahren ein tolles Team. Ich bin fest überzeugt, dass nichts davon möglich gewesen wäre ohne JSJ, gepaart mit intuitiver Kommunikation. Ich habe intuitive Kommunikation durch die Anweisungen verschiedener Lehrer gelernt. Marta Williams hat ein informatives Buch geschrieben, mit dem Titel „Ihre Sprache lernen“ (Learning their Language). Dies ist ein guter Ort, um diese Fähigkeiten zu üben.

Marta sagt, es gibt vier Schritte, um sich auf die Arbeit vorzubereiten, sie sind:

1. Werden Sie langsamer
2. Zentrieren Sie sich
3. Schalten Sie Ihre Intuition ein
4. Verbinden Sie sich mit dem Tier

Das Tempo unserer Gesellschaft fördert diese Art der Selbstbeobachtung nicht. Es gibt keine App, mit der Sie die Gedanken und Gefühle Ihrer Tiere schneller oder genauer hören können. Jin Shin Jyutsu ermöglicht es uns jedoch, diesen mysteriösen Raum mit Leichtigkeit und Anmut zu betreten. Im Selbsthilfebuch 2 auf Seite 11 sagt Mary zu uns: „Beginnen Sie die Ausatmungen zu zählen von eins bis sechsunddreißig. Jetzt befinden wir uns im „ATEM“ selbst. Ich übe es, einfach ruhig zu sitzen, die Finger zu halten und auf den Atem zu fokussieren. Eine Folge von drei Atemzügen an jedem der 10 Finger – 30 Atemzüge, gefolgt von 6 Atemzügen mit in Gebetsposition gefalteten Händen. Ich fühle, wie die Spannung nachlässt und bemerke, wie ich ganz natürlich langsamer werde und in meine Mitte komme. Während der Frieden meines zentrierten Atems mich erfüllt, fühle und anerkenne ich die Verbindung, die ich zur Erde und zu allen ihren Geschöpfen habe. Wenn möglich, mache ich dies im Sitzen oder Liegen auf der Erde, wo ich oft den Puls des Planeten spüre, sich durch mich hindurch bewegend. Von hier aus ist es leicht zu erkennen, dass ich die Fähigkeit habe meine Intuition zu aktivieren und meinem ganzen Wesen zu erlauben, auf einer tiefen Ebene zu hören.

Ein weiterer „Quickie“, den ich im

Laufe der Jahre verwendet habe, um mir zu helfen, meine Intuition zu fokussieren und zu vertiefen ist, SES 17 und gegenüber liegende SES 20 zu halten. Wenn man den Geist und die Nerven entspannt, kann die Intuition in den Fokus treten, während SES 20 unser „drittes Auge“ öffnet und ermöglicht „zu sehen, wie der Schöpfer sieht“. Was uns in dieser Arbeit oft zurückhält, sind subtile Botschaften, die wir uns über unsere Unfähigkeit oder unseren Mangel an Selbstwert erzählen. Die meisten von uns sind in einer Gesellschaft aufgewachsen, die diese Talente insgesamt weder wertschätzt noch glaubt. Dieser sanfte Griff, der den Fokus nach innen richtet, scheint mich mit stillen Energie-Rhythmen in Einklang zu bringen. Nehmen Sie sich einen Moment Zeit, lassen Sie sich nieder und halten Sie diese beiden Sicherheits-Energieschlösser liebevoll an sich selbst ... finden Sie nicht, dass es Ihre Energie fokussiert und Ihnen erlaubt, tief in die Essenz Ihres Wesens einzutauchen?

Am häufigsten beginne ich eine Sit-

zung mit einem Tier, indem ich die Mitte der SES 10 und 13 halte, welche im Wesentlichen eine Botschaft zum Ausatmen und Einatmen, Geben und Empfangen senden. Dies kann mit einer warmen Umarmung in menschlicher Hinsicht verglichen werden (in der Tat, wenn wir die 13 nebeneinander halten, bewegen sich die Arme herum zu den 10 in einer Umarmung). Bedingungslose Liebe und grenzenlose Lebenskraft ... ein großartiger Ort, um ein Gespräch zu beginnen. Wenn ein Tier neu in der Arbeit ist, kann dieser Schritt allein gewöhnungsbedürftig sein. Man kann mit sanftem Streicheln beginnen, den Händen erlauben langsamer zu werden auf der Mitte des Brustbeins, während der Rücken weiter gestreichelt wird. Für Hunde kann es üblicherweise die Länge des Rückens sein. Bei Katzen muss man wirklich „Künstler sein“ und ihre Zeichen lesen. Oben bei den Ohren, den Schultern, knapp über dem Schwanz? Sie erhalten kein zusätzliches Vertrauen von einem Tier, wenn Sie ihre Zeichen von Unbehagen nicht lesen.

Nach „einigen Momenten, mehr oder weniger“ kann man sich normalerweise oberhalb und unterhalb des Brustbeins niederlassen und eine Verbindung mit dem Tier herstellen. Wenn dies Ihr eigenes Haustier ist, ist es ein einfacher Weg, Sitzungen zu beginnen und zu sagen: „Jetzt ist Zeit für unsere besondere Zeit. Lass uns zusammen sein.“ Dies ist die Brücke, mit der ich mühelos in Schritt vier von Martas Anweisungen eintrete: „Verbindung mit dem Tier herstellen“.

In meinem nächsten Artikel werde ich mehr über die verschiedenen Arten des intuitiven Aussendens und Empfangens von Nachrichten und die Vertiefung und Optimierung dieses Prozesses durch JSJ erörtern.

Ich würde gerne von Ihren Erfahrungen hören, wenn Sie die Arbeit mit Tieren teilen. Bitte schreiben Sie mir eine E-Mail an [adelejsjpets@gmail.com](mailto:adelejsjpets@gmail.com) oder, noch besser, kommen Sie in einen Kurs.

Um mehr über die Tierarbeit zu erfahren, besuchen Sie bitte meine Website unter: <http://jsjforyouranimal.com>

## *JSJ-Virus im Spital Wolhusen*

Anja Moeckli, Küssnacht, CH, (aus dem Schweizer Newsletter No 25, Juni 2019)

Im Kantonsspital Wolhusen grassiert neu das Jin Shin Jyutsu-Virus. Das ist das Ende einer längeren Geschichte und vielleicht der Beginn von noch viel mehr, wer weiß.

Im Sommer 2017 hatte ich die Gelegenheit mich zusammen mit meiner Apotheker-Kollegin beim Chefarzt der Gynäkologie vorzustellen. Thema war ganz klar: Komplementäre Unterstützung bei Chemotherapie. Und ich stieß auf offenen Ohren. Bei jedem Kongress oder Symposium scheint komplementäre Behandlung mittlerweile ein Thema zu sein.

Ursprünglich war der Plan, dass ich einmal wöchentlich vor Ort Patienten ströme und ich habe einen Flyer mit Informationen zum Selberströmen, z.B. vor der OP, zur Verfügung gestellt. Soweit so gut. Die Geschäftsleitung war einverstanden und es hätte losgehen können. Aber: Keine Zeit fürs Konzept und der Umbau des Spitals haben alles

ausgebremst. Im Januar letzten Jahres habe ich dieses Projekt losgelassen. Dann kam der Anruf, ob ich einen Vortrag halten möchte, am Brustkrebs-Tag. Und das war unglaublich. Ich hatte nur 15 Min Zeit zwischen zwei medizinischen Vorträgen.. Ich war also in der Mitte und habe mit der großen Umarmung angefangen. Mal Kopf lüften nach zwei Vorträgen. Und dann habe ich kurz das Strömen vorgestellt. Mehr nicht.

Beim anschließenden Apéro bin ich dann mit vielen Zuhörern ins Gespräch gekommen und zwei Pflegefachkräfte haben konkret nach einem Kurs gefragt.

Dieser Kurs hat dann in Wolhusen in den Spitalräumlichkeiten privat organisiert stattgefunden, mit 11 Teilnehmern, davon 5 aus dem Spital-Umfeld. Die meisten aus der Gynäkologie, wo sofort damit angefangen wurde, das erlernte an Patienten weiter zu geben (vor allem Mittelfinger halten nach der Geburt).

Schwups kam die Anfrage für den nächsten Kurs, wieder Selbsthilfe-

buch 1, dieses Mal mit acht Teilnehmerinnen. Für mich ist das ein kleines Wunder. Die Geburtsabteilung ist im 7. Stock des Spitals und wird „Wolke 7“ genannt. Von dort tröpfelt jetzt langsam JSJ hinunter in die anderen Abteilungen. Etwas skeptisch beobachtet von den dortigen Ärzten. Eine Teilnehmerin ist Physiotherapeutin im Spital, diese Abteilung liegt im untersten Stockwerk. Von dort wächst ein Pflänzchen nach oben...

Wenn der Umbau abgeschlossen sein wird, soll es ein Konzept für das ganze Spital geben. Wir dürfen gespannt sein, ob das dann auch klappt.

- Chance ergreifen, wenn sie sich bietet  
- Loslassen, wenn es kompliziert wird  
- und sich freuen wie ein Kind, wenn es dann doch klappt

- und ein bisschen zugeschnitten auf die Spital-Situation noch ein paar Griffe mitgeben, zum Patienten behandeln (bei mir war es vor allem der Mittelfinger und der „*Da wo's-Strom*“ daraus folgt: eine Super Energiewelle, auf der man einfach surfen darf.

Aber eben: „Gut Ding will Weile haben“

Weitere Informationen können im Europa-Büro Bonn erfragt werden.

### DEUTSCHLAND

#### BERLIN

**Angelika Raabe**, Rubensstraße 102, 12157 Berlin,  
Tel.: 030 8553155, E-Mail: angelikajs@t-online.de  
**Ingrid Dammalage-Kirst**, Welterpfad 75, 12277 Berlin,  
Tel.: 030 7227096, E-Mail: ida-kirst@gmx.net

#### 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  
**Renate Baumeister**, Auf dem Plänzer 2, 53557 Bad Honningen  
Tel.: 02635-9697065, E-Mail.: info@engel-malerei.de

#### RAUM BREMEN - HELLWEGE

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

#### 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 Zöllner**, 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.org@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 Bammental,  
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

#### 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**, Neuenhünthorfer 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 - ORGANISATOREN

### SONTHOFEN

**Luisa Schiebel**, Gindels 7, 87594 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

#### LIMBURG/LANDGRAAF/MAASTRICHT

**Regina Looock**, Bernadettenlaan 47, 6374 BC Landgraaf, Tel.:  
0031-(0)45-5319808, E-Mail: jsjregina@gmail.com

#### AMSTERDAM

**Anouk Strijbosch und George van Zanten**, Tretjakovlaan 108,  
1064 Amsterdam, Tel.: 0031 (0)20 4480336, E-Mail: anoukjsj@planet.nl  
**Ineke de Wit**, Schollenbrugpad 70, NL-1091 ST Amsterdam  
0031-6229-54099, inekedewit@12move.nl

#### DEN HAAG

**Marna Schauten-Kruijt**, Opwijkstraat 7a, NL-3530 Den Haag,  
Tel.: 0031 (0)6 11417677, E-Mail: mschauten@hotmail.com

#### ROTTERDAM

**Eva de Jong**, Van Bergenlaan 8, NL-2242 PV Wasserhaar,  
Tel.: 0031 (0)70 5116152, E-Mail: eva@evajsj.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

#### INNSBRUCK / TIROL

**Barbara Unterberger**, Salvatorgasse 16, A-6060 Hall,  
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**, Mählegasse 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

#### 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.urmoneit@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**, Bahnhofstrasse 43, CH - 9475 Sevelen und  
An der Almeina 685, FL - 9497 Triesenberg, Tel.: 0041(0) 81 544 00  
23 oder 0041 (0) 79 261 14 09, E-Mail: mail@marianneloercher.li

#### APPENZELL

**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)41 622 16 23, E-Mail: mail@sonjamueller.ch

# THE MAIN CENTRAL



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



## 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 0600 3; 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 <input type="checkbox"/> Überweisung <input type="checkbox"/> Einzugsermächtigung/ SEPA-Lastschriftmandat (Bitte unten ausfüllen)			
<b>Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandats</b> (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.

Die Kündigung des Abonnements ist jederzeit per Telefon, Brief, Fax oder E-Mail möglich.