

Heilströmen – Heilen mit den eigenen Händen

Jin Shin Jyutsu ist eine japanische Heilkunst und wird auch Heilströmen genannt. Man legt die Hände auf bestimmte Energiepunkte des Körpers mit dem Ziel, Energieblockaden zu lösen.

Autor: Zentrum der Gesundheit

Aktualisiert: 02. September 2019

Stand: 18. October 2019

Heilströmen – Heilen mit den eigenen Händen

Ganz automatisch legen wir bei Schmerz oder Unwohlsein unsere Hände nicht nur an die entsprechende Stelle, sondern auch an wichtige Energiepunkte des Körpers.

Dieses Handauflegen – gezielt in Form des Jin Shin Jyutsu eingesetzt – harmonisiert die Energieströme des Körpers und löst Energieblockaden oder Energiestaus. Ein neues Wohlgefühl und mehr Gesundheit auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene ist die angenehme Folge.

Wie aber wurde die Heilkunst des Heilströmens entdeckt?

Heilströmen – Wiederentdeckung eines alten Wissens

Der Japaner Jirô Murai wurde 1886 als zweiter Sohn einer reichen und angesehenen Ärztfamilie geboren. Als Zweitgeborener hatte er freie Berufswahl und studierte zunächst die Seidenraupenzucht.

Während seines Studiums genoss er das Leben in vollen Zügen. Mit 26 Jahren erkrankte er durch seinen extremen Lebenswandel so sehr, dass ihm die Ärzte nicht mehr helfen konnten. Aus Scham liess er sich in die Berge in eine kleine Hütte bringen, um dort zu sterben.

Er beschloss, nichts mehr zu essen und zu trinken und dadurch sein Sterben zu beschleunigen. Er meditierte und nahm die Finger- und Handpositionen ihm bekannter Buddhastatuen ein.

Die erste Heilung mit Jin Shin Jyutsu

Zunächst erkaltete sein Körper immer mehr, bis schon eine Kältestarre am ganzen Körper eintrat. Jirô Murai glaubte nun zu sterben.

Doch plötzlich bekam er am siebten Tag seines Rückzugs heftiges Fieber. Hitze durchströmte seinen ganzen Körper und brachte ihn in einen Zustand inneren Friedens, Dankbarkeit und Ehrfurcht.

Schon einen Tag später war er imstande, aufzustehen und ganz allein zurück in sein Heimatdorf zu gehen. Ergriffen von seiner Heilung beschloss er, dieses Geheimnis zu erkunden.

Er war davon überzeugt, dass die Handhaltungen bei seiner Heilung eine wesentliche Rolle gespielt hatten und so studierte er diese von nun an.

Der Jin Shin Jyutsu-Heiler

Jirô Murai erprobte sein Wissen zunächst weiter an sich und an Obdachlosen.

Seine Heilerfolge machten ihn bald schon bekannt und so wurde ihm die seltene Ehre zuteil, in der kaiserlichen Bibliothek in den alten Schriften studieren zu dürfen.

Dort fand er im Kojiki, dem Buch der alten Dinge, seine Erfahrungen und Forschungen bestätigt und konnte sein Wissen über diese uralte und uns allein eigentlich angeborene Heilkunst vertiefen und erweitern.

Jin Shin Jyutsu - Die Kunst des liebenden Schöpfers

Jirô Murai vereinigte nun seine eigenen Forschungen und Erfahrungen mit dem überlieferten Wissen und nannte diese Heilkunst zunächst die „Kunst des Glücklichseins“, später änderte er den Namen in die „Kunst der Langlebigkeit“, danach in die „Kunst der Güte“, bis er schliesslich erkannte, dass es sich um viel mehr handelte: Nämlich um die „Kunst des liebenden Schöpfers durch den gütigen, mitfühlenden, bewussten und verstehenden Menschen“ - und genau das ist es, was „Jin Shin Jyutsu“ übersetzt bedeutet.

Jin Shin Jyutsu erobert die Welt

1942 traf Mary Burmeister in Japan Meister Jirô Murai. Mary wurde in den USA als Tochter japanischer Eltern geboren und ging als junge Frau nach Japan, um dort zu studieren.

Somit war Mary Burmeister sowohl mit der fernöstlichen als auch mit der westlichen Kultur vertraut. Jirô Murai bot ihr an, von ihm seine Lebenskunst zu erlernen und das Wissen in die Welt hinauszutragen.

Nach 12 Jahren Studium bei Jirô Murai kehrte Mary Burmeister in die USA zurück und viele weitere Jahre später begann sie, das Wissen über die Heilkunst des Jin Shin Jyutsu weiterzugeben. So gelangte dieses Wissen zunächst in die USA, von dort nach Europa und dann schliesslich in die ganze Welt.

Was aber genau ist Jin Shin Jyutsu? Was muss man tun, um in den Genuss seiner heilenden Wirkung zu gelangen?

Wenn die Intuition die Energiepunkte des Jin Shin Jyutsu findet

Jin Shin Jyutsu harmonisiert Körper, Geist und Seele zugleich und ist kostenlos für jeden anwendbar. Sie brauchen dazu nur Ihren Atem, Ihre Hände (oder Füße) und das Wissen, wo sich 26 Energiepunkte Ihres Körpers befinden.

Aber selbst ohne das konkrete Wissen haben Sie sicher schon oft, ohne es zu bemerken, Ihre Hand auf einen oder mehrere dieser Energiepunkte gelegt und sich somit selbst geholfen.

Kleine Kinder nuckeln zum Beispiel am Daumen, um sich zu beruhigen. Schulkinder stützen mit ihren Händen oft den Kopf auf und halten damit automatisch genau die Energiepunkte, die die Konzentrationsfähigkeit fördern, das Denken unterstützen und die Dinge klar erkennen lassen.

Schwangere und Marktfrauen stemmen gern die Hände in den Rücken auf Höhe der Hüfte und verschaffen sich somit mehr Lebenskraft, nehmen sich Gewicht vom Rücken und befreien sich auf diese Weise unbewusst von Rückenbeschwerden.

Viele, die zum ersten Mal erfahren, wo die Energiepunkte des Körpers liegen und wofür sie jeweils hilfreich sind, haben Aha-Erlebnisse, weil sie plötzlich erkennen, dass sie ganz oft ihre Hand genau an der Stelle liegen haben, die für ihre Bedürfnisse genau die richtige ist.

Warum aber können wir mit den Händen unsere Selbstheilungskräfte aktivieren? Und was hat der oben erwähnte Atem damit zu tun?

Jin Shin Jyutsu - Der Energiekreislauf muss fließen

Stellen Sie sich Ihren Blutkreislauf vor. Er durchströmt Ihren gesamten Körper und versorgt auf diese Weise alle Bereiche, alle Organe und alle noch so kleinen Zellen mit frischem Sauerstoff und allen wichtigen Nährstoffen und Bausteinen, die der Körper für seine Funktionstüchtigkeit benötigt.

So wie es den Blutkreislauf gibt, gibt es auch einige Energiekreisläufe, die unentwegt durch den Körper strömen und den Körper auf allen Ebenen, also auch auf geistiger und seelischer Ebene mit Energie versorgen.

So lange Blut und Energie ungehindert und frei fließen können, ist alles gut. Doch bildet sich irgendwo ein Stau, kann dies schnell zu heftigen Problemen führen.

Beim Blutkreislauf können Sie dann zum Beispiel einen Herzinfarkt, Schlaganfall oder eine Thrombose im Bein erleiden.

Liegen Blockaden in den Energiekreisläufen vor, können sich diese schliesslich auch auf körperlicher Ebene bemerkbar machen und so zu den verschiedensten organischen Erkrankungen führen.

Die Energiekreisläufe schliessen und Blockaden lösen

Die 26 Energiepunkte des Jin Shin Jyutsu sind Stellen, an denen solche Blockaden üblicherweise häufig vorkommen. Auch können genau an diesen Stellen mögliche Energiestaus in umliegenden Körperbereichen gelöst werden.

In den Händen und Füssen beispielsweise bündelt sich die Energie. Legen Sie nun die Hände oder die Füsse aneinander, so schliesst sich ein Energiekreislauf und der Strom beginnt zu fließen.

Wenn Sie Ihre Hände auf bestimmte Energiepunkte des Körpers auflegen oder auch nur leicht darüber schweben lassen, ist das so, als würden Sie diesem Energiepunkt (sozusagen dem Motor) Starthilfe mittels Starthilfekabel geben.

Der Energiepunkt springt an, dreht sich weiter, befreit sich von seiner Blockade und die Energie, der Strom kann wieder frei fließen.

Dieses "wieder in Schwung bringen" der Energie können Sie theoretisch auch allein mit Ihrem Atem erreichen.

Der Meister Jirô Murai sagte:

"Der Atem ist unser grösster Heiler, dann kommen die Hände!".

Doch wir haben leider verlernt, richtig und bewusst zu atmen. Daher ist es für den Anfang sehr viel leichter, die Hände zu benutzen und zusätzlich bei manchen Übungen den Atem bewusst wahrzunehmen.

Je länger Sie Ihre Hände und Ihren Atem bewusst einsetzen, um Ihren Körper zu reinigen, zu energetisieren und zu heilen, desto tiefer werden Sie sich auch der Heilmöglichkeiten Ihres Atems und Ihrer Hände bewusst.

Mudras im Jin Shin Jyutsu

Mudra bezeichnet eine bestimmte Hand- und Fingerposition. Eben solche, die Meister Jirô Murai sich bei den Buddhastatuen abgeschaut und in der schlimmsten Phase seiner Krankheit eingesetzt hatte.

Das Wort Mudra kommt aus dem Sanskrit und bedeutet „das, was Freude bereitet“.

Durch das Beugen, Dehnen und Aneinanderlegen einzelner Finger wird Energie durch bestimmte Teile unseres Körpers geleitet und zugleich unser Denken und Bewusstsein beeinflusst.

Die Mudras können uns dabei helfen, zu einer höheren Bewusstseinsstufe zu gelangen.

Beim Mudra Nr. 5 zum Beispiel legen Sie die Fingerbeere des Daumens auf den Fingernagel des Mittelfingers und bilden so einen geschlossenen Kreis. Genau durch diesen Kreis schieben Sie den Daumen der anderen Hand und berühren auch hier mit diesem den Fingernagel des Mittelfingers der anderen Hand. Auf diese Weise sind zwei Kreise miteinander verbunden.

Die restlichen Finger werden locker gestreckt.

Diese Fingerposition reinigt und energetisiert alle Körperfunktionen. Sie hilft bei Müdigkeit und Erschöpfung, bei Stimmungsschwankungen, bei Heisshunger auf Süßigkeiten und bei der Regeneration der Haut.

Jin Shin Jyutsu – Die einfachste Variante

Die einfachste Anwendungsmöglichkeit des Jin Shin Jyutsu ist das lockere Umschließen eines Fingers mit den Fingern der anderen Hand.

Jeder unserer zehn Finger ist mit 14.400 Funktionen im Körper verbunden, so heißt es. Das Energetisieren eines jeden einzelnen Fingers reinigt und stärkt daher den gesamten Körper und entspannt sowie harmonisiert unser Denken.

Unsere Gedanken spielen bei unserem körperlichen Wohlbefinden eine entscheidende Rolle. Somit tun Sie sich ganzheitlich auf jeder Ebene etwas Gutes, wenn Sie immer mal wieder zwischendurch einen Ihrer Finger locker umschlossen halten.

Vor dem Fernseher, beim Bus fahren oder als Beifahrer im Auto können Sie alle zehn Finger nacheinander jeweils ein paar Minuten halten.

Das ist Wellness für den gesamten Körper in kürzester Zeit.

Jin Shin Jyutsu gegen Angst

Da jeder Finger andere Energiepunkte des Körpers in sich vereint, können Sie bei Bedarf auch nur einen einzigen Finger halten.

Der Zeigefinger zum Beispiel unterstützt Niere und Blase und hilft bei Ängsten jeglicher Art. Ob Sie Angst vor dem Zahnarztbesuch haben oder vor einem Vortrag, den Sie zu halten gedenken, halten Sie davor einfach 10 Minuten lang Ihre Zeigefinger mit der jeweils anderen Hand und wiederholen Sie dies so oft wie möglich. Sie werden daraufhin mit Sicherheit viel mutiger an Ihre „Angstsache“ herangehen können.

Wenn Sie wenig Zeit haben und nur schnell mal ein paar Minuten einen einzigen Finger halten können, dann können Sie auf einfache Weise herausfinden, welchem Finger Sie Ihre wenige Zeit widmen sollten:

Kneifen Sie mit Zeigefinger und Daumen der anderen Hand jeden Finger an der Fingerwurzel, bis es weh tut. Der Finger, bei dem das Kneifen am meisten wehgetan hat, benötigt am dringendsten einen kleinen Energieschub. Halten Sie folglich diesen Finger locker umschlossen.

Mit etwas Übung und Achtsamkeit können Sie nach kurzer Zeit spüren, dass der Finger, den Sie gerade halten, irgendwann anfängt, zu pulsieren.

Das kann ein starkes Pulsieren wie beim Herzschlag sein, ein ganz zartes, kaum wahrnehmbares Pochen oder ein kribbelndes, warmes Gefühl. Jeder Mensch ist einzigartig und nimmt sich auf seine eigene Art und Weise wahr.

Wenn Sie dieses Pulsieren spüren, wissen Sie, dass die Energie wieder frei fließt. Dann können Sie zum nächsten Finger übergehen, zum nächsten Energiepunkt oder natürlich auch aufhören.

Die 26 Sicherheits-Energie-Schlösser des Jin Shin Jyutsu

Im Jin Shin Jyutsu werden die Energiepunkte Sicherheits-Energie-Schlösser genannt.

Wenn sich irgendwo ein Energiestau bildet, funktioniert das nächstliegende Sicherheits-Energie-Schloss wie eine Sicherung und schnappt zu. So verhindert es, dass sich die Blockade ungehindert im ganzen Körper ausbreitet.

Durch das Handauflegen auf ein solches Sicherheits-Energie-Schloss kann die Blockade in diesem Bereich gelöst werden und das Schloss wie mit einem passenden Schlüssel wieder aufgeschlossen werden. Die Hand ist also der Schlüssel, der immer in jedes Sicherheits-Energie-Schloss passt.

Das gilt übrigens auch für fremde Hände. Sie können sich selbst und genauso leicht auch anderen helfen.

Die Hände können dabei ganz locker auf der Kleidung aufliegen oder über einer blutenden Wunde schweben oder auch auf einen Gips aufgelegt werden. Die Energie beginnt zu fließen, sobald eine gewisse Nähe zu dem Energiepunkt hergestellt ist.

Jeder einzelne der 26 Energiepunkte ist dabei so gross, dass Sie ihn gar nicht verfehlen können.

Jogging für Faule – Jin Shin Jyutsu statt Jogging

Zum Beispiel ist der 25. Energiepunkt rund um die Sitzbeinhöcker zu finden. Wenn Sie auf einem Stuhl sitzen und Ihre Hände unter die Pobacken schieben, spüren Sie die Spitzen der Sitzbeinhöcker. Ihre Hände liegen nun genau richtig auf den beiden Sicherheits-Energie-Schlössern der Nummer 25.

Dabei ist für die Wirkung ganz egal, ob Sie auf Ihren Handinnenflächen oder Handausenflächen sitzen.

Wenn Sie die Nummer 25 so halten, kommen Sie zur Ruhe, beugen Ermüdung und Erschöpfung vor und regenerieren sich auf allen Ebenen. Der Muskeltonus im gesamten Körper wird reguliert.

20 Minuten auf diese Weise zu sitzen entspricht 30 Minuten joggen.

Deshalb sagen Jin Shin Jyutsu-Praktiker zu dieser Übung auch "das Jogging für Faule".

Probieren Sie diese Übung einmal aus, wenn Sie das nächste Mal in einem nicht enden wollenden Meeting sitzen oder abends vor dem Fernseher.

Jeder einzelne Energiepunkt von 1 bis 26 stärkt, schützt und reguliert spezielle Körperregionen oder Gefühlszustände. Jedem Punkt sind vielschichtige Bedeutungen zugeordnet, die in ihrer Ganzheit sehr komplex sind und doch alle miteinander in Verbindung gebracht werden können.

Solange Sie noch nicht genau wissen, wo die einzelnen Punkte liegen und welche Bedeutung sie haben, halten Sie fürs Erste einfach jeden einzelnen Ihrer zehn Finger. Damit haben Sie auf jeden Fall alle 26 Energiepunkte erreicht und energetisiert.

Praktische Jin Shin Jyutsu-Übungen für den Alltag

Nachfolgend finden Sie einige äusserst hilfreiche Übungen, die Sie als Jin-Shin-Jyutsu-Anfänger leicht anwenden und in Ihren Alltag einbauen können.

Die Drei-Minuten-Atemübung für gute Laune und mehr Kraft

Diese Übung ist perfekt für alle, die wenig Zeit und viel Stress haben oder sich krank und kraftlos fühlen.

Atmen Sie die nächsten drei Minuten ganz bewusst ein und aus und lächeln Sie während dieser Zeit.

Stellen Sie sich vor, wie Ihr gesamter Atem beim Ausatmen vorne durch den Körper hinabfließt, bis er schliesslich durch die Zehenspitzen aus Ihrem Körper herausströmt wie der Dampf bei einem Dampfbügeleisen.

Dann halten Sie ganz kurz inne, Sie machen also eine winzig kleine Atempause, um sogleich durch Ihre Füße wieder den Atem hineinfließen zu lassen. Der Atem fließt jetzt mit dem Einatmen die ganze Körperrückseite hinauf bis zu Ihrem Kopf.

Sobald Sie oben am Hinterkopf die Schädelbasis erreicht und überschritten haben, atmen Sie wieder über die gesamte Körpervorderseite hinab aus bis durch die Füße und nach einer kurzen Pause atmen Sie wieder durch die Füße ein auf der Körperrückseite hinauf.

Das machen Sie drei Minuten lang mit einem Lächeln auf Ihrem Gesicht. Dabei ist es ganz egal, ob Sie sitzen, liegen oder stehen. Sie können das also auch morgens unter der Dusche machen.

Mit dieser Atem-Übung können Sie sich in nur drei Minuten regenerieren und ruhig und gelassen werden, den Stress abschütteln und neue Kraft tanken. Durch das Lächeln bekommen Sie ausserdem gleich auch noch gute Laune!

Jin Shin Jyutsu-Übung gegen Schmerz und Anspannung

An der Ferse liegen zwei wichtige Energiepunkte: Die 5 und die 16.

Die 5 liegt an der Innenseite der Ferse zwischen Knöchel und Fusssohle.

Die 16 liegt genau gegenüber an der Aussenseite zwischen Knöchel und Fusssohle.

Dieser Bereich wird Fessel genannt und hier können Sie Ihre persönlichen Fesseln sprengen.

Die 5 löst dabei Ängste, die oft zu Verspannungen und die wiederum zu Schmerzen führen.

Die 16 löst tief eingegrabene Erlebnisse und kann Ihr Schmerzgedächtnis löschen.

Wenn Sie mit einer Hand die 5 halten und gleichzeitig mit der anderen Hand die 16 können Sie auf diese Weise Schmerzen aller Art lösen. Halten Sie diese beiden Punkte so lange, bis der Schmerz nachlässt.

Jin Shin Jyutsu-Übung statt Antibiotika

Bei Entzündungen und Infekten werden gerne Antibiotika verschrieben, die zwar oft schnell helfen, aber leider nicht nur die bösen Erreger vernichten, sondern auch die nützlichen Bakterien in unserem Körper gleich mit. Die Folge ist nicht selten ein nun erst recht geschwächter und anfälliger Organismus.

Probieren Sie deshalb beim nächsten Infekt die folgende Jin Shin Jyutsu-Übung aus:

Dazu legen Sie die linke Hand neben ihrem Nacken über die Schulter, so als würden Sie einen Kleiderbügel auf die Kleiderstange hängen (Ihre Hand ist der Haken des Bügels, Ihre Schulter die Stange).

Wenn Sie Ihren rechten Arm nun vor und zurück schwingen, spüren Sie mit Ihren Fingerspitzen der linken Hand die innere, obere Spitze Ihres Schulterblatts. Hier ist der Energiepunkt Nr. 3. Er wird das "persönliche Antibiotikum" genannt.

Gleichzeitig legen Sie die rechte Hand unter die rechte Pobacke auf den Energiepunkt Nr. 25, den Sie ja schon kennen.

Dieser Punkt ist der Regenerationsspezialist und hilft bei allen Erneuerungsprozessen, bringt Kreislauf und Stoffwechsel in Schwung. Das gleichzeitige Halten dieser beiden Punkte hilft bei allen Entzündungen und Infekten, die die Körpervorderseite betreffen.

Für die Körperrückseite gehen Sie wie oben erklärt vor, legen also ebenfalls die linke Hand auf der rechten Schulter ab (Energiepunkt 3).

Die rechte Hand legen Sie jedoch gleichzeitig vorne auf Ihre rechte Leiste.

Hier in der Leiste ist der Energiepunkt 15. Dieser Punkt hilft heilen und bringt Freude und Lachen. Diese positiven Gefühle stärken das Immunsystem, entspannen Körper und Geist und helfen beim Einschlafen.

Halten Sie diese Kombinationen mindestens 20 Minuten lang oder solange, bis Sie eine Besserung verspüren oder auch bis Sie eingeschlafen sind.

Wenn Ihnen das Halten der beiden Energiepunkte 3 und 25 oder 3 und 15 zu anstrengend ist, dann halten Sie stattdessen einfach den Mittelfinger. Im Mittelfinger sind die Verbindungen zu den Energiepunkten 3 und 25.

Die Verbindung zum Punkt 15 ist im kleinen Finger.

Entgiften und entschlacken mit Jin Shin Jyutsu

Mit speziellen Jin Shin Jyutsu-Handgriffen kann auch eine Entgiftung und Entschlackung unterstützt und angeregt werden.

Frühjahrmüdigkeit, überflüssige Winterpfunde und vielleicht sogar Pollenallergien werden dadurch gemildert.

Der entgiftende Jin Shin Jyutsu-Griff ist folgender:

Halten Sie ganz locker Ihren Mittelfinger umschlossen. Der Mittelfinger ist den Organen Leber und Gallenblase zugeordnet, die für die Entgiftung des Körpers eine wesentliche Rolle spielen.

Durch das Halten des Mittelfingers unterstützen Sie diese beiden Organe bei Ihrer reinigenden Arbeit. Und dann, wenn die Leber wieder stark ist und alles im Griff hat, verschwindet die Frühjahrmüdigkeit von ganz alleine. Hier finden Sie zusätzliche Informationen über eine Entgiftungskur.

Jin Shin Jyutsu für den Notfall

Bei blutenden Wunden stoppt die Blutung schneller, wenn Sie die rechte Hand auf die Wunde oder leicht schwebend darüber legen und über Kreuz die linke Hand auf die rechte obendrauf legen.

Bei Verbrennungen oder allem, was aus dem Körper herausgezogen werden soll (zum Beispiel Splitter, Gift, Eiter) legen Sie zuerst die linke Hand auf die Stelle und kreuzweise die rechte Hand auf die linke obendrauf.

Bei Herzenge halten Sie sich zugleich beide Handgelenke.

Bei Schock (zum Beispiel nach einem Unfall) legen Sie Ihre Hände ganz locker auf die Knie-Innenseiten ab.

Bei drohender Ohnmacht drücken Sie so fest wie möglich auf die Mitte zwischen Nase und Oberlippe (Philtrum). Hier liegt ein Reflexpunkt.

Wenn Sie nun nach einigen Wochen der Jin Shin Jyutsu-Praxis feststellen, wie harmonisierend, entspannend und heilend Jin Shin Jyutsu auf Sie und Ihre Familie wirkt, finden Sie bei den Quellenangaben viele Buchtipps und hilfreiche Internetadressen, mit denen Sie Ihre Jin Shin Jyutsu-Kenntnisse problemlos ausbauen können. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg, Spass und natürlich Gesundheit :-)

Ihr Team vom Zentrum der Gesundheit

Quellen

- Waltraud Riegger-Krause: Jin Shin Jyutsu Die Kunst der Selbstheilung durch Handauflegen, ISBN: 978-3-8289-2113-9
- Friedl Weber: Jin Shin Jyutsu für Lebenskünstler und solche, die es werden wollen ..., ISBN: 978-3-9811649-16
- Felicitas Waldeck: Jin Shin Jyutsu Schnelle Hilfe und Heilung von A bis Z durch Auflegen der Hände, ISBN: 978-3-485-01122-8
- Mary Burmeister: Einführung in Jin Shin Jyutsu IST. Buch 1, ISBN: 978-3-930530-00-7
- Mary Burmeister: Einführung in Jin Shin Jyutsu IST. Buch 2, ISBN: 978-3-930530-001-4
- Mary Burmeister: Einführung in Jin Shin Jyutsu IST. Buch 3, ISBN: 978-3-930530-003-8
- Jin Shin Jyutsu Europa-Bro: www.jinshinjyutsu.de

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.



Link zum Artikel

<https://zdg.de/heilstroemen-japanisches-ia.html>