

Jin Shin Jyutsu-Buchtipps

empfohlen von Anja Moeckli

www.haendedrauf.ch



Alice Burmeister, Tom Monte: Heilende Berührung. Körper, Seele und Geist mit Jin Shin Jyutsu behandeln. 2000 Droemer Knauer. 191 Seiten, kart., CHF 17.50. ISBN 978-3-426-87090-7.

Die wahre Ursache aller Erkrankungen liegt in der Blockade körpereigener Energieströme. Jin Shin Jyutsu vermag den Energiefluss durch Berührung/Druck spezifischer Körperpunkte und durch Atemtechniken harmonisieren. Jin Shin Jyutsu kann jeder praktizieren, um Schmerzzustände und chronische oder akute Krankheiten zu lindern.

Anja meint: Alice Burmeister ist die Schwiegertochter von Mary Burmeister, welche das Jin Shin Jyutsu aus Japan mit in unsere Welt gebracht hat. Daher ist der Aufbau des Buches sehr nah an der Idee des Jin Shin Jyutsu. Nur selber Erlebtes und Erfahrenes ist lebendig. In diesem Buch wird zu fast jedem Thema und Sicherheitsenergieschloss ein Erlebnisbericht hinzugefügt. Das macht es leichter, sich mit den Themen auseinanderzusetzen.

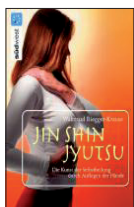


Tina Stümpfig-Rüdisser: Meine Hände helfen und heilen. Jin Shin Jyutsu – Selbsthilfe für Kinder und Jugendliche. 2008 Via Nova. 116 S., kart., CHF 24.50. ISBN 978-3-86616-116-0.

Die Autorin will speziell Kindern und Jugendlichen Möglichkeiten aufzeigen, wie sie selbst ihre Lebensenergie wieder ins Gleichgewicht bringen können, mit Ängsten, Wut, Trauer u.a. umgehen und bei verschiedenen Krankheiten ihre Selbstheilungskräfte aktivieren oder sogar bei Schulproblemen sich selbst helfen können.

Mit Fotos und Erklärungen.

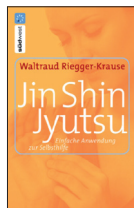
Anja meint: Tina Stümpfig-Rüdisser hat dieses Buch für Kinder und Jugendliche geschrieben. Sie können von Alpträumen über Liebeskummer bis Prüfungsangst selber Lösungen finden und Jin Shin Jyutsu anwenden. Ein Super-Buch.



Waltraud Riegger-Krause: Jin Shin Jyutsu. Die Kunst der Selbstheilung durch Auflegen der Hände. 2007 Südwest. 176 Seiten, geb., CHF 26.90. ISBN 978-3-517-06820-6.

Die Lebensenergie im Körper harmonisieren. Bei Jin Shin Jyutsu ist der Körper in 26 so genannte Sicherheitsenergieschlösser aufgeteilt, die durch Berührung aktiviert werden. Aufgrund des Strömens, wie es in der Fachsprache heisst, werden die Sicherheitsenergieschlösser aufgeschlossen und die Energie kann frei fließen. Bemerkenswert ist, nicht auf die Behandlung einer anderen Person angewiesen zu sein, sondern dass es sich hierbei um eine Selbsthilfemethode handelt, die auf die ursprüngliche Fähigkeit des intuitiven Heilens zurückgeht. Das umfassende Praxisbuch zu dieser Jahrtausende alten (Selbst-)Heilkunst. Mit anschaulichen Fotos für ein erfolgreiches Umsetzen.

Anja meint: Dieses Buch bietet die umfassendste Einführung in die Kunst des Jin Shin Jyutsu. Es gibt viel zu lesen, aber der Text ist so gut geschrieben, dass man mühelos folgen kann. Für alle, die sich vertieft mit der Kunst des Jin Shin Jyutsu auseinandersetzen möchten ist es eine nie versiegende Quelle.



Waltraud Riegger-Krause: Jin Shin Jyutsu. Einfache Anwendung zur Selbsthilfe. 2006 Südwest. 112 Seiten, kart., CHF 13.90. ISBN 978-3-517-08212-7.

Durch das Auflegen der Hände auf bestimmte Punkte des Körpers, den so genannten Sicherheitsenergieschlössern, setzt das heilende Strömen ein und sorgt so für Harmonie und ein inneres Gleichgewicht. Dieses handliche Buch vermittelt kompakt und anschaulich, wo sich die 26 Sicherheitsenergieschlösser befinden und wann man sie wie aktiviert. Ideal für alle, die auch unterwegs nicht auf die tägliche Anwendung von Jin Shin Jyutsu verzichten wollen.

Anja meint: Das ist der „kleine Riegger-Krause“, nicht so umfassend wie ihr erstes Buch, dafür aber absolut reisetauglich. Und auch wieder in ihrer wunderbaren Sprache.



Felicitas Waldeck: Jin Shin Jyutsu – Heilsame Hände für Ihr Kind. Ohne Vorkenntnisse sofort anwendbar. 2010 Rowohlt. 109 Seiten, geb., CHF 12.90. ISBN 978-3-499-62545-9.

Was Eltern tun können, wenn ihr Kind nicht schlafen kann, wenn die ersten Zähne kommen, wenn Kinder Fieber haben und wirklich krank sind, erfahren Sie in diesem Buch. Die Autorin beschreibt alle gängigen Alltagsbeschwerden und Kinderkrankheiten und zeigt, wie Eltern durch gezieltes Auflegen der Hände aktiv zur Genesung ihres Kindes beitragen können. Werden zwei oder mehr mit den Händen berührt, wird die Energie im Körper des Kindes harmonisiert und Energieblockaden gelöst. Das Immunsystem wird gestärkt, das Wohlbefinden augenblicklich verbessert und Heilung möglich.

Anja meint: Das Kinderbuch von Felicitas Waldeck ist für mich eines der schönsten Bücher, die es gibt. Die liebevolle Aufmachung und die einfache Möglichkeit, mittels Foto die Hände am Körper zu platzieren, lässt auch jeden Anfänger die Hemmungen verlieren und einfach mal anfangen. Und immer dran denken: Auch wenn ein Kind gesund ist, freut es sich über ein paar Hände am Körper...

Info & Kontakt:

Praxis Händedrauf | Anja Moeckli
Oberdorf 4
CH-6403 Küssnacht am Rigi
Tel 076 345 5123
Mail anja.moeckli@haendedrauf.ch
www.haendedrauf.ch



Der Bestseller als attraktive Heilbox!

Felicitas Waldeck: Jin Shin Jyutsu. Schnelle Hilfe und Heilung durch Auflegen der Hände. 2006 Nymphenburger. Set mit Booklet 40 Karten und Buch (62 S.). CHF 31.50. ISBN 978-3-485-01068-9.

Die Box bietet eine Einführung in die Kunst des Jin Shin Jyutsu und gibt praktische Selbsthilfe ohne Vorkenntnisse. Die Karten eignen sich ideal für die Reise, zur Mitnahme in die Arbeit und können auch als Heilungsorakel gezogen werden. Die häufigsten Beschwerden werden im Heilbuch von A-Z erläutert und klare und übersichtliche Fotos auf den Karten veranschaulichen die Positionen der Hände.

Anja meint: Die kleinen Fotokarten zu einzelnen Themen sind eine schöne Möglichkeit immer ein bisschen Jin Shin Jyutsu mitzunehmen, wenn man unterwegs ist und ein Buch zu schwer wird.



Tina Stümpfig-Rüdisser: Lebensquell Jin Shin Jyutsu. Ein Gesundheitsprogramm für mehr Wohlbefinden und Vitalität. 2010 Via Nova. 180 Seiten, kart., CHF 30.50. ISBN 978-3-86616-177-1.

Mit diesem Buch haben Sie ein wunderbares Werkzeug, positiv und heilend auf Körper, Geist und Seele einzuwirken.

Die Übungen sind mit vielen Fotos veranschaulicht, klar beschrieben und ohne Vorkenntnisse einfach auszuführen. Die Themen und Symptome sind übersichtlich alphabetisch geordnet.

Anja meint: Tina Stümpfig-Rüdisser hat sich mit diesem Buch relativ weit von der Idee des Jin Shin Jyutsu entfernt und die Kunst auf ein Gesundheitslexikon reduziert. Aber gerade wenn man schnell eine Idee braucht, wie jetzt zu handeln ist, kann ich dieses Buch nur empfehlen. Für das tiefere Verständnis verweise ich dann gerne auf die anderen Bücher.



Felicitas Waldeck: Jin Shin Jyutsu. Die Schwingung des Lebens. Lesung. 2008 Nymphenburger. Hörbuch-CD. CHF 32.90. ISBN 978-3-7844-4098-9.

Die Autorin und gleichzeitig Sprecherin dieses Hörbuchs führt durch die einzelnen Schritte des Zentralstroms. Begleitet wird sie von Musik entsprechend der Grundsicherungen der Energieschlösser. Im 1. Teil mit näheren Informationen zu jedem einzelnen Schritt, im 2. Teil mit Ansage der Positionswechsel.

Das Leben ist Schwingung – Schwingen Sie mit!

Anja meint: Die CD beschäftigt sich nur mit einem Energiestrom, der aber gleichzeitig als Quelle aller anderen Ströme umfassend ist. Ich nehme die CD immer dann hervor, wenn ich nicht die Ruhe habe mich selber über einen längeren Zeitraum zu strömen und mich ganz auf die Ansage auf der CD verlassen möchte.

Die Bücher sind im Buchhandel erhältlich. Je nach Anbieter können die Preise variieren.