



JSJ Fingerhalten zum Harmonisieren von Einstellungen

NAMASTE

Die Begrüssung **NAMASTE** wurde von Gandhi wie folgt formuliert:

Ich verbeuge mich vor dem Ort in Dir, an dem der ganze Kosmos wohnt.
Ich verbeuge mich vor dem Ort der Liebe, des Lichts, des Friedens, der Wahrheit und der Weisheit in Dir. Ich verbeuge mich vor dem Ort, wenn Du an diesem Ort bist, und ich an diesem Ort in mir bin, es nur das Eine von uns gibt.
Schön, dass Du dich dafür interessierst, deine Emotionen und Einstellungen mit einem einfach umzusetzenden Konzept durch Fingerhalten zu harmonisieren.

Die auf der nächsten Seite angegebenen Sequenzen sind um einiges wirksamer als das Halten eines einzelnen Fingers. Diese werden in der vorgegebenen Abfolge nacheinander gehalten.

Die Anleitung und Zuordnung der Einstellungen stelle ich Dir in einem separaten Download als PDF, und visuellen Darstellung zur Verfügung.

Auf YouTube findest Du dazu interessante Videos

www.youtube.com/channel/UCmNblplIAS3LCz16HxtlGTWA?disable_polymer=true

Nochmals zur Erinnerung: Einstellungen, sind Emotionen, welche über einen längeren Zeitraum vorhanden sind und schlecht losgelassen werden können. Es gibt immer Gründe, warum Du in Deinen Einstellungen gefangen sein kannst.

Sitzungen bei einem Jin Shin Jyutsu Praktitioner, der Dich auch weitere Selbsthilfemassnahmen lehren kann, können sehr viel in Dir bewirken.

Solltest Du nicht in meiner Region wohnen, findest Du auch Selbsthilfelehrer und Praktitioner unter www.jinshinjyutsu.de. Beachte bitte, dass nicht alle Lehrer und Therapeuten in Such-Verzeichnissen eingetragen sind.

Willst Du als Anwender vertieft in JSJ eintauchen kannst Du in 3 Selbsthilfekursen, die jeweils 1 - 2 Tage dauern, Deine Kenntnisse erweitern.

Zusätzlich helfen Dir auch meine SETA Methoden. Dazu biete ich Dir neben Behandlungen in meiner Praxis auch die Möglichkeit, Sitzungen über Zoom oder Skype zu buchen. Mehr dazu unter Videokonferenzen und Fernbehandlungen. Meine Kunden-Feedbacks sollen Dir helfen, die richtige Entscheidung zu treffen.

Du bist eingeladen an online SETA-Meditationen teilzunehmen. Termine dazu

Unter <https://www.seta-met.com> oder <http://www.vitasanum.ch>

Bereich: Blog News oder Links und Downloads

die entsprechende MP4-Datei mit meiner Grundmeditation zu downloaden.

Weitere Informationen zur SET-Methode sind zu finden unter www.seta-met.com



Im Jin Shin Jyutsu ist jeder Finger mit bestimmten Eigenschaften, Tiefen und Einstellungen und Sicherheitsenergieschlösser verbunden.

Harmonisieren bestimmte Einstellungen über die Finger

Unter Einstellungen versteht man im JSJ Emotionen welche länger anhalten also nicht so schnell losgelassen werden können. Diese können sich ungünstig auf das Körper-, Geist- und Seelensystem auswirken.

Durch das Halten der einzelnen Finger oder (Sequenzen: halten verschiedener Finger in einem bestimmten Ablauf) kann man somit diese Einstellungen, die Organströme, die Energieschlösser und auch die Tiefen harmonisieren.

Daumen:

Einstellung: Sorge und grübeln
transformieren in: Vertrauen und Selbstvertrauen

Organstrom: Magen und Milz

1. Tiefe steht unter anderem für die Haut

Zeigefinger:

Einstellung: Angst
transformieren in: Mut

Organstrom: Blase und Niere

4. Tiefe steht unter anderem für Muskulatur

Mittelfinger:

Einstellung: Wut, Aggression, Frust
transformieren in: Kreativität

Organstrom: Leber und Gallenblase

3. Tiefe steht unter anderem für die Blutessenz (Das Blut wird als Träger der Seele angesehen)

Ringfinger:

Einstellung: Trauer, nicht loslassen können
transformieren in: gesunden Menschenverstand

Organstrom: Lunge und Dickdarm

2. Tiefe steht unter anderem für: tieferen Hautschichten, Bindegewebe, der Zwischenzellraum

Kleiner Finger:

Einstellung: sich bemühen, verstellen, nicht echt sein.
transformieren in Lebensfreude und sich selbst sein.

Organstrom: Herz und Dünndarm

5. Tiefe steht unter anderem für die Knochen.



Die Handinnenfläche:

Einstellung: absolutes Chaos und Verzweiflung
transformieren in: Klarheit und Zuversicht

übergeordnete Organströme: Zwerchfell und Nabel
(im der chinesischen Medizin Kreislauf und dreifacher Erwärmer genannt)
(beeinflussen die anderen Organströme)

6. Tiefe hat keine Gewebeschichten, entspricht dem innersten spirituellen Seelenkern

Linke Hand steht eher für die Vergangenheit und rechts mehr für die Gegenwart.

Man hält den entsprechenden Finger der anderen Hand mit der anderen Hand, welcher der Einstellung entspricht. Oder man hält einen Finger nach dem anderen und harmonisiert so alle Einstellungen, Organströme, Gewebe und Energieschösser.

Was die Organströme angeht so bilden sie die Matrix für die späteren Meridiane. Denn Jin Shin Jyutsu arbeitet auf einer sehr subtilen sprich übergeordneten Ebene.

Eine Möglichkeit ist es: Der Reihenfolge des Energiezirkulationsmuster nach den Organströmen zu arbeiten:

Dabei werden 6. Tiefe und 3. Tiefe zuerst gehalten, da die Energie aus den feinstofflicheren Ebenen 6. Tiefe und 3. Tiefe noch in nicht manifestierter Form einzufließen beginnen. Im Zirkulationsverlauf kommen diese beiden Tiefen dann nochmals in manifestierter Form vor.

Ablauf:

- 6. Tiefe: Handinnenfläche
- 3. Tiefe: Mittelfinger
- 2. Tiefe: Ringfinger
- 1. Tiefe: Daumen
- 5. Tiefe: kleiner Finger
- 4. Tiefe: Zeigefinger
- 6. Tiefe: Handinnenfläche
- 3. Tiefe: Mittelfinger

Nun viel Spass beim Umsetzten. Liebe Grüsse Markus