

Gefühle heilen Emotional-Körper

Unsere Gefühle in unserem Emotional-Körper sind ein wichtiges Element für unser Wohlbefinden in unserer Psyche, wie auch im Körper und für unsere Weiterentwicklung. Der Umgang mit unseren Gefühlen ist nicht immer einfach, da wir alle Gefühlszustände mal öfter, mal weniger oft durchleben. Wie oft fühlen wir uns gut oder wie oft fühlen wir dass es uns nicht gut geht. In welchen Situationen tauchen vielleicht ähnliche negative Gefühle auf?

Das können zum Beispiel Gespräche mit Vater oder Mutter sein, mit Chef oder Chefin, aber ebenso auch Erinnerungen und innere Bilder. Man denkt an etwas und sofort spüren wir etwas in uns. So eine Macht haben Gefühle, dass sie uns helfen können zum Beispiel bei bester Gesundheit zu sein, aber auch dass wir uns krank fühlen und tatsächlich ein Leiden, eine Krankheit bekommen. Im Shin Jin Jyutsu haben wir erkannt, dass es Blockaden gibt, Energieblockaden. Wir kennen das, wenn wir uns müde und schlapp, ausgelaugt fühlen, also nicht mehr genug Energie haben. Oder wir führen ein Telefongespräch oder sind mit jemandem zusammen und fühlen uns hinterher wie ausgelaugt, als ob uns jemand die Energie abgesaugt hätte - ein Energievampir. Tatsächlich gibt es Menschen, deren Emotionen so destruktiv sind, dass sie uns natürlich unabsichtlich die Energie rauben. Nach einem Gespräch fühlen diese Menschen sich besser und lassen uns erschöpft und müde zurück.

Eine weitere Sache ist, wenn wir unseren Emotionalkörper betrachten, dass dieser sehr oft schon ab einem bestimmten Lebensjahr schwach wird, dass wir uns schwach fühlen oder vielleicht sogar schon unser ganzes Leben schwach fühlen, uns irgendwie nicht aufrufen können, lustlos sind, in uns eine gewisse Traurigkeit spüren, ja vielleicht uns depressiv fühlen und und gar nicht mehr richtig in die Freude kommen, die Energie zum Leben fehlt. In den Familienaufstellungen näheres dazu unter au-on.de habe ich immer wieder festgestellt, dass dies auch mit übernommenen Problemen von den Eltern, vom Vater aber insbesondere von der Mutter zu tun hat. Das wir Aufgaben übernommen haben, schon als Kind, welche einfach zu groß, zu schwer für einen waren und diese durch unser ganzes Leben mitschleppen. Ein sehr interessanter Aspekt. Denn es ist ja ein von Kindheit an ein erlerntes Verhalten, ein Programm, welches in uns abläuft. Hier ist es nun meine Aufgabe in der Jin Shin Jyutsu Behandlung nachzuschauen, woran es liegt, dass jemand zu wenig Kraft oder Energie hat, ob es eine Überlastung ist, durch Haushalt und Kinder oder Beruf. Energie soll ja fließen, aber halt in die richtige Richtung, das ist das Ziel, welches ich für meine Klienten stets habe.

Sehr häufig kommt es auch vor, dass jemand ein sehr starkes emotionales Erlebnis hatte, dass einen so tief getroffen hat, dass einem der Atem stockte. Das kann ein Missbrauch gewesen sein, ein Unfall, eine Situation, die man nicht so leicht verarbeiten konnte. Oder man denkt, dass man sie verarbeitet hat, jedoch sitzt der Schock, das Trauma so tief, dass man selber gar nicht rankommt, um es zu lösen. Oft werden solche Erlebnisse auch verdrängt, aber die Folgen tauchen immer wieder auf. Auch kommt es daher vor, dass man sich deshalb gar nicht mehr erinnert, weil es lange zurückliegt, wie in der Kindheit. Da hat das Innere Kind einmal ein traumatisches Erlebnis gehabt und es ist wie eingeschlossen, verhärtet. Dank Jin Shin Jyutsu kann man Stück für Stück das emotionale Herz des inneren Kindes wieder in die Heilung bringen.

Wie wir gesehen haben, hängen Gedanken und Gefühle zusammen. Durch die Kombination der Energiearbeit, des Heilströmens wie es auch genannt wird mit der Entspannung, können sich so Anspannungen und Blockaden im menschlichen Energiesystem wesentlich besser lösen als zum Beispiel bei einer Massage. Um eine Energieblockade zu lösen ist Jin Shin Jyutsu die für mich beste Methode, da sie sanft wirkt, ohne dass alte seelische Verletzungen wieder hochkommen. Es dient in idealer Weise der Harmonisierung von Körper und Geist.

Darüber hinaus können auf Nachfrage noch andere Methoden eingebracht werden, wie Meditation, die Arbeit mit Farben, mit Klängen, mit Licht, welche schon fast zur Medizin der Zukunft gehören und sehr gute Wirkungen zeigen, insbesondere bei Erkrankungen. Eine erfolgreiche Jin Shin Jyutsu Therapie ist umfasst grundsätzlich mehrere Termine, um die gewünschte Wirksamkeit zu erreichen. Dazu ist eine vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem Shin Jin Jyutsu Therapeut empfehlenswert.