

ERFAHRUNGEN mit JIN SHIN JYUTSU

- L(78 J.): Ich war total verzweifelt, denn verursacht durch den Schichtdienst im Krankenhaus litt ich jahrelang an Schlafstörungen und in der Folge an Depressionen. Eine Freundin, die die Methode kannte, hat mich zu Ingrid/zum Jin Shin Jyutsu(JSJ) geschickt. Aber nach 3 Behandlungen wollte ich abbrechen und habe gesagt: „ Es hat keinen Sinn. Es tut sich nichts!“ meine Freundin kritisierte mich scharf und forderte mich auf, es länger zu versuchen. Wirklich konnte ich ein paar Wochen später, zuerst während einer Behandlung, dann auch zu Hause schlafen.
- L(78 J.): Mein Mann stürzte mit dem Fahrrad und schlitzte sich dabei den Unterschenkel auf. Ich fürchtete, ihm würde als Folge ein offenes Bein bleiben, wie ich es im Krankenhaus oft bei älteren Patienten gesehen hatte. Daher rief ich Ingrid an und sie empfahl mir, ihm täglich den Finger-Zehen-Strom zu geben. Das tat ich und wir konnten zusehen, wie sich die Wunde schloss. Seit diesem Tag strömt sich G(78, mein Mann), der anfangs skeptisch war, täglich und geht regelmäßig mit mir in die Selbsthilfe-Gruppe.
- G(67 J.): An diesem Tag hatte ich Opern-Karten und eine Bronchitis mit starkem Husten. Die Aufführung, auf die ich mich lange gefreut hatte, wollte ich nicht versäumen und hoffte, wenigstens bis zur Pause zuhören zu können. Kaum saß ich, fiel mir JSJ ein und ich legte meine rechte Hand auf die linke Brust(SES 13). Nach wenigen Minuten hörte das Husten auf und ich konnte die ganze Oper genießen!
- B(53 J.): Ich kam zur Bushaltestelle – der Bus war gerade weg! Auf dem Fahrplan las ich, dass der nächste erst in 15 Minuten käme. Gestresst und ärgerlich stapfte ich am Platz herum, bis mir einfiel, den (Wut-)Mittelfinger zu halten. Ich konnte an mir selbst beobachten, wie ich nach kurzer Zeit ruhig und gelassen wurde. Das wirkte sich sogar auf die anderen Fahrgäste aus, die ebenfalls gehetzt oder wutschnaubend an der Haltestelle standen. Entspannt und friedlich warteten wir als kleines Grüppchen bis der Bus eintraf.