



Tina Stümpfig-Rüdisser

# Jin Shin Jyutsu

*Heilströmen*

*für Katzen*



Tina Stümpfig-Rüdisser

# Jin Shin Jyutsu

## *Heilströmen* *für Katzen*

 Schirner  
Verlag

Die Ratschläge in diesem Buch sind sorgfältig erwogen und geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für kompetenten medizinischen Rat. Alle Angaben in diesem Buch erfolgen daher ohne Gewährleistung oder Garantie seitens der Autorin oder des Verlages. Eine Haftung der Autorin bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

ISBN 978-3-8434-1284-1

Tina Stümpfig-Rüdiger: Jin Shin Jyutsu Heilströme für Katzen © 2017 Schirner Verlag, Darmstadt	Umschlag: Murat Karaçay, Schirner, unter Verwendung von #396078325 (© Konstantin Aksenov), #101421184 (© spirins), <a href="http://www.shutterstock.com">www.shutterstock.com</a> , einem Foto der Autorin und einer Abbildung von Erwin Weber Layout: Claudia Simon, Schirner, nach Vorlage von Silja Bernspitz, Schirner Lektorat: Claudia Simon, Schirner Printed by: Ren Medien GmbH, Germany
---	--

[www.schirner.com](http://www.schirner.com)

1. Auflage März 2017

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte Wiedergabe sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten

# Inhalt

## Vorwort 6

## Was ist Jin Shin Jyutsu? 8

## Die Anwendung des Jin Shin Jyutsu 10

## Hilfreiche Hinweise 12

Kurzanleitung für das Strömen 12 | Entspannen Sie sich 13 |  
Bleiben Sie dran 14 | Haben Sie Geduld 14 |  
Die 26 Sicherheitsenergieschlösser 15

## Allgemeine Harmonisierer 18

Erste Zentrierung 19 | Zum Beleben der Energie 20 |  
Der Pfotenstrom 21 | Der Zentralstrom 22 |  
Die Betreuerströme 26

## Drei weitere wichtige Ströme 30

Der Milzstrom 31 | Der Magenstrom 35 | Der Blasenstrom 40

## Kopfbereich 46

### Augen 47

Bindehautentzündung 47 | Fremdkörper im Auge 48 | Verklebung  
des Tränenkanals 49 | Verbesserung der Sehfähigkeit 49

### Ohren 50

Gehör 50 | Ohrenentzündung 50 | Ohrmilben 52 |  
Ohrmandelgeschwüre 53 | Blutohr 53

### Maul und Zähne 54

Zahnfleischprobleme 54 | Maulschleimhautentzündung 54 |  
Maulgeruch 55 | Geschwüre und Wucherungen 56

## Atemwege 58

### Obere Atemwege 59

Schnupfen 59 | Nebenhöhlenentzündung 60 | Katzenschnupfen 61

### Hals 62

Halsentzündung 62 | Kehlkopfkatarrh 63

### Untere Atemwege 63

Husten und Bronchitis 63 | Reizhusten 64 | Lungenentzündung 64

## **Herz- und Kreislaufsystem 66**

Herzerkrankung und Herzschwäche 67 | Kreislaufschwäche 68

## **Verdauungsorgane 70**

Magen 71

Erbrechen 71 | Magenschmerzen und Kolik 71 |

Magenschleimhautentzündung (Gastritis) 72

Appetitstörungen 73 | Abmagerung 73 | Darm 74

Verstopfung 74 | Durchfall 74 | Darmkoliken 76 |

Darmparasiten 76

Leber 77 | Bauchspeicheldrüse und Milz 79

Bauchspeicheldrüse 79 | Diabetes 80

## **Harnsystem 82**

Blase 83 | Niere 84

Nierenentzündung 84 | Nieren- und Blasensteine 86

## **Geschlechtsorgane 88**

Männliche Geschlechtsorgane 89

Hodenentzündung 89 | Prostata 89

Weibliche Geschlechtsorgane und Geburtshilfe 90:

Trächtigkeit 90 | Geburtsvorbereitung 91 | Geburtshilfe 91 |

Geburtsschmerzen 92 | Wehenschwäche oder zu heftige

Wehen 93 | Neugeborenes: Probleme mit der Atmung 93 |

Milchmangel und Milchüberschuss 94 | Entzündung des

Gesäuges 94 | Scheinträchtigkeit 95

## **Haut und Fell 96**

Haarausfall 97 | Stumpfes Fell 97 | Schuppen 98 | Ekzeme 98 |

Furunkel und Abszesse 99 | Juckreiz 99 | Hautpilz 100 |

Allergien 100

## **Gehirn 102**

Epilepsie 103 | Schlaganfall und Hirnblutung 104

## **Nervensystem 106**

Muskelzucken 107 | Lähmungen 108

## **Bewegungsapparat 110**

Rücken und Wirbelsäule 111 | Muskeln 112:  
Muskelkrämpfe 112

### **Bänder, Sehnen und Gelenke 113**

Verstauchung und Zerrung 113 | Stärkung der  
Bänder und Sehnen 114 | Gelenkentzündung  
(Arthritis) 114 | Gelenkabnutzung  
(Arthrose) 115 |

### **Knochen 116**

Knochenbrüche 116 | Stärkung der Knochen 117

## **Immunsystem 118**

## **Geschwülste und Tumore 120**

## **Ödeme 123**

## **Infektionskrankheiten 124**

## **Verhalten und Psyche 126**

Ängste und Panik 127 | Unsicherheiten und Nervosität 127 |  
Schreckhaftigkeit 128 | Futterneid 128 | Zankerei und  
Aggression 128 | Vernachlässigung und Misshandlung 129 |  
Lärmempfindlichkeit 130

## **Verletzungen und Notfälle 132**

Wunden und Bisse 133 | Stiche, Splitter und Dornen 134 |  
Verbrennungen 134 | Gehirnerschütterung 134 | Knochen-  
brüche 135 | Prellungen 135 | Schock 135 | Vergiftungen 136 |  
Hitzschlag und Sonnenstich 136 | Verschlucken und Atem-  
not 137 | Operationen 137 | Schmerzen 138 | Sterbehilfe 138

## **Andere Probleme 139**

Stubenreinheit 140 | Unsauberkeit 140 | Nebenwirkungen von  
Medikamenten ausgleichen 140 | Impfreaktionen lindern 141

Nachwort 142 | Dank 142 | Weitere Informationen 143 |  
Literaturempfehlungen 143 | Bildnachweis 144

## Vorwort

Jin Shin Jyutsu ist ein intuitives Heilwissen, das wir Menschen von Geburt an in uns tragen und oft unbewusst immer wieder anwenden.

Wenn wir zum Beispiel beim Nachdenken den Kopf in die Hände stützen, aktivieren wir bestimmte Hirnregionen und helfen uns selbst, uns an Sachen zu erinnern. Kinder in der Schule setzen sich oft auf ihre Hände, wodurch sie sich besser konzentrieren, aufmerksamer zuhören und sich das Gelernte besser merken können. Wenn wir die Arme überkreuzen, berühren wir einen Punkt in der Ellenbeuge, der uns hilft, in unserer eigenen Autorität und Kraft zu sein. Auch legen wir intuitiv die Hände auf schmerzende Stellen, bei uns selbst oder beim Tier, auch zur Beruhigung. Jeder kennt Jin Shin Jyutsu – wir müssen uns nur wieder daran erinnern.

Jin Shin Jyutsu ist eine sanfte Heilkunst zur Harmonisierung der Lebensenergie, die sowohl beim Menschen als auch beim Tier angewandt werden kann. Indem wir die Hände auf bestimmte Punkte am Körper legen, bringen wir die Lebensenergie wieder in Schwung, die Selbstheilungskräfte werden angeregt, und Beschwerden und Symptome werden gelindert oder verschwinden ganz. Strömen ist eine wunderbare und einfache Möglichkeit, seelisch und körperlich wieder in Balance zu kommen.



Wenn Ihre Katze in tierärztlicher Behandlung ist oder eine Operation ansteht, können Sie sie mit Jin Shin Jyutsu unterstützen. Es wirkt stärkend nach operativen Eingriffen, der Heilungsprozess wird unterstützt, und Narkosen werden besser vertragen.

Durch das Halten bestimmter Punkte am Körper geben Sie der Lebensenergie »Starthilfe«, sodass sie wieder harmonisch, gleichmäßig und kraftvoll fließen kann. Ein harmonischer Fluss der Lebensenergie ist Voraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden.

Auch wenn Ihre Katze keine Symptome aufweist oder sonstige Probleme hat, können Sie das Strömen prophylaktisch anwenden. Bereits durch wenige Minuten Strömen können Sie die Gesundheit und Widerstandsfähigkeit Ihres Stubentigers stärken.

Mit diesem Buch erhalten Sie die Möglichkeit, die wunderbare Methode des Jin Shin Jyutsu – das im Grunde viel mehr als nur eine Methode ist – mühelos und ohne Vorwissen anzuwenden. Genießen Sie die Kunst des Jin Shin Jyutsu gemeinsam mit Ihrer Katze!





## Was ist Jin Shin Jyutsu?

Jin Shin Jyutsu ist eine uralte Kunst zur Harmonisierung der Lebensenergie im Körper. Fließt die Lebensenergie harmonisch, sind Mensch und Tier gesund. Entstehen Blockaden in den Energiebahnen, äußert sich das durch Unwohlsein und erste Symptome. Bleibt die Energie im Ungleichgewicht, können sich diese Symptome verfestigen, chronisch werden, und es kommen möglicherweise neue hinzu.

Das alte Wissen über das Heilströmen wurde in früheren Zeiten in den verschiedensten Kulturen gelebt, angewandt und mündlich weitergegeben, bis es im Laufe der Zeit schließlich in Vergessenheit geriet. Im Osten wurde dieses wertvolle Wissen jedoch nicht gänzlich vergessen, und so war es ein Japaner, Jiro Murai, der Anfang des 20. Jahrhunderts diese wertvolle Kunst wieder zum Leben erweckte, ihr den Namen »Jin Shin Jyutsu« gab und sie an seine Schüler Kato Sensei und Mary Burmeister weitergab.

*Der Begriff »Jin Shin Jyutsu« besteht aus drei japanischen Wörtern:*

**Jin:** wissender, mitfühlender Mensch

**Shin:** Schöpfer

**Jyutsu:** Kunst

und bedeutet *»Die Kunst des Schöpfers durch den wissenden, mitfühlenden Menschen«.*



Umgangssprachlich wird Jin Shin Jyutsu »Heilströmen« oder einfach »Strömen« genannt, da durch das Halten bestimmter Energiepunkte am Körper die Lebensenergie wieder ungehindert zu »strömen« beginnt, was man auch mit ein wenig Übung spüren kann.

Diese Energiepunkte nennt man »Sicherheitsenergieschlösser«. Insgesamt gibt es 26 dieser Punkte, an denen die Energie in sehr konzentrierter Form vorliegt und über die, wenn man sie einfach nur hält, sich Blockaden leicht lösen lassen. Die Sicherheitsenergieschlösser befinden sich innerhalb der Energiebahnen, die Leben in den Körper bringen. Entstehen in diesen Bahnen Blockaden, wird der Energiefluss in der betreffenden Zone unterbrochen und letztlich das gesamte Energieströmungsmuster durcheinandergebracht. Dann entstehen Disharmonie und Krankheit.

*Indem Sie die Hände auf bestimmte Sicherheitsenergieschlösser legen, unterstützen Sie Ihre Katze, seelisch, körperlich und geistig wieder in Harmonie zu kommen, Blockaden lösen sich auf, Symptome verschwinden.*



# Die Anwendung des Jin Shin Jyutsu

Ursprünglich wurde Jin Shin Jyutsu für den Menschen wiederentdeckt, doch die energetischen Gesetze gelten auch für die Tiere, und so können wir es genauso für Katzen anwenden. Katzen reagieren sogar meist schneller auf das Geströmtwerden als wir Menschen, weil sie eine andere Energieschwingung haben und vielleicht auch deshalb, weil sie sich selbst keine Denkblockaden erschaffen.

Wenn beim Menschen die Regel gilt: Strömen eines Erwachsenen – ca. 1 Stunde, Strömen eines Kindes – ca 20–30 Minuten, sind wir beim Tier bei ungefähr 10–15 Minuten – oft auch kürzer. Katzen zeigen Ihnen meist ganz deutlich, wenn es genug ist, indem sie sich dann einfach von Ihnen wegbewegen.

Beim Jin Shin Jyutsu halten Sie meistens zwei Punkte am Körper gleichzeitig, in der Regel sind das zwei Sicherheitsenergieschlösser.

Legen Sie die Finger oder die Handfläche so lange auf die angegebenen Punkte, bis die Lebensenergie wieder ungehindert zu fließen beginnt. Das können Sie spüren, es fühlt sich an wie eine Art Kribbeln, ein inneres Strömen oder ein gleichmäßiges Pulsieren. Jeder kann das etwas unterschiedlich wahrnehmen. Sie tun nichts weiter, als diese Punkte zu halten. Sie geben nicht Ihre eigene Energie, sondern Ihre Hände dienen sozusagen als Starthilfekabel, sodass sich die »Energiebatterien« wieder auf-



laden können und die Lebensenergie wieder kraftvoll und ungehindert fließen kann.

Halten Sie also die angegebenen Punkte mit den Fingern, den Fingerspitzen oder den Handflächen, und zwar so lange, bis Sie ein gleichmäßiges Strömen oder Pulsieren spüren. Anfangs, wenn man noch keine Erfahrung hat, ist dieses Pulsieren oder Strömen oft nicht deutlich wahrnehmbar. Es kann eine Zeit lang dauern, bis Sie sich auf die feinen Energien eingestimmt haben und diese deutlich wahrnehmen. Solange richten Sie sich einfach nach folgender Regel: Halten Sie jeden Punkt bzw. Griff 1–3 Minuten, und gehen Sie dann zum nächsten über. Wenn Sie nur einen Griff strömen, können Sie ihn 10–15 Minuten halten.

Bei einem längeren Strom wie dem Zentralstrom, der aus sieben Schritten besteht, genügt es, wenn Sie jeden Griff 2 Minuten halten, sodass die Katze jeweils ca. 15 Minuten am Stück geströmt wird. Sie können aber auch kürzere Sequenzen machen und dafür öfter am Tag strömen.

Wie gesagt zeigt Ihnen Ihre Katze meist, wann es genug ist, indem sie sich von Ihnen wegdreht, unruhig wird oder einfach geht. Manchmal ist das schon nach nicht einmal 1 Minute der Fall. Das ist völlig in Ordnung, und Sie können dann zu einem späteren Zeitpunkt noch einmal strömen.

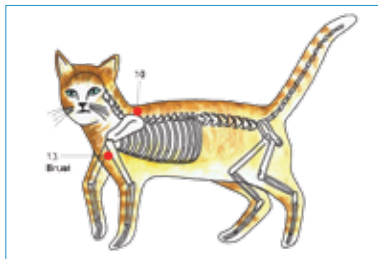
## Allgemeine Harmonisierer

- 19 Erste Zentrierung
- 20 Zum Beleben der Energie
- 21 Der Pfotenstrom
- 22 Der Zentralstrom
- 26 Die Betreuerströme



## Erste Zentrierung

Folgender Griff eignet sich sehr gut für den Beginn einer Behandlung: Legen Sie eine Hand auf SES 13, die andere Hand auf SES 10.



Dies ist ein guter Griff zur Begrüßung und Einstimmung und zur ersten Entspannung. Er bringt Aus- und Einatmung ins Gleichgewicht und hilft, zur Ruhe zu kommen und sich auf das Geströmtwerden einzulassen.

*Es ist auch ein wichtiger Griff bei*

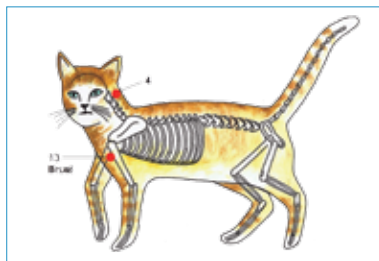
- allen Atemproblemen,
- Allergien,
- Husten,
- Bronchitis,
- Trächtigkeit,
- vernachlässigten und misshandelten Katzen
- und sehr scheuen Tieren.

## Zum Beleben der Energie

Dieser einfache Griff eignet sich ebenfalls gut für den Beginn einer Behandlung. Er belebt die Energie und führt zugleich zu einer tiefen Beruhigung. Es ist auch ein hilfreicher Griff für sehr unruhige Katzen, die sich sonst nicht so gern berühren lassen. *Ebenso handelt es sich um einen guten Erste-Hilfe-Griff bei allen Verletzungen, nach Unfällen, bei Schock und Überhitzung.*

### Für die linke Körperseite:

Legen Sie die **linke Hand** auf das **linke SES 4** (direkt unter der Schädelbasis) und die **rechte Hand** auf das **linke SES 13** (am linken Brustkorb ungefähr auf Höhe der dritten Rippe).



### Und umgekehrt für die rechte Körperseite:

**Rechte Hand** auf **rechtes SES 4** und **linke Hand** auf **rechtes SES 13**.

### *Dieser Griff*

- harmonisiert die Emotionen,
- löst allgemeine Müdigkeit,
- hilft bei allem, was mit dem Kopf zu tun hat,
- stärkt die Augen,
- unterstützt die Beine auf der jeweiligen Körperseite,
- hilft der Hüfte
- und ist ein sehr hilfreicher Griff in der Sterbehilfe (S. 138).

### **Der Pfotenstrom**

Beim Pfotenstrom hält man eine **Vorderpfote** und die **Hinterpfote** auf der anderen Körperseite, also rechte Vorderpfote mit linker Hinterpfote, linke Vorderpfote mit rechter Hinterpfote. Es handelt sich um einen sehr einfachen und doch extrem wirkungsvollen Strom, den man immer und überall anwenden kann.





## Kopfbereich

### 47 Augen

- 47 Bindehautentzündung
- 48 Fremdkörper im Auge
- 49 Verklebung des Tränenkanals
- 49 Verbesserung der Sehfähigkeit

### 50 Ohren

- 50 Gehör
- 50 Ohrenentzündung
- 52 Ohrmilben
- 53 Ohrrandgeschwüre
- 53 Blutohr

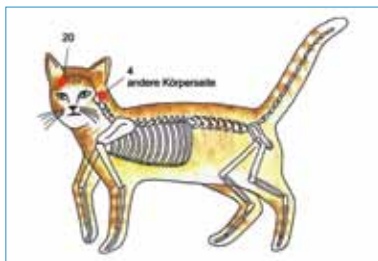
### 54 Maul und Zähne

- 54 Zahnfleischprobleme
- 54 Maulschleimhautentzündung
- 55 Maulgeruch
- 56 Geschwüre und Wucherungen



## Augen

Ein guter Griff bei allen Augenproblemen (Entzündungen, Gerstenkorn, Fehlsichtigkeit etc.) und zur grundsätzlichen Stärkung der Augen ist folgender: Legen Sie eine Hand auf die Stirn etwas oberhalb des betroffenen Auges (SES 20) und die andere Hand auf der anderen Körperseite in den Nacken direkt unterhalb des Schädelknochens (SES 4).



## Bindehautentzündung

Die Lidbindehaut umschließt schützend das Auge. Sie ist sehr zart und, wenn sie gesund ist, nicht sichtbar. Durch Staub und Gräserpollen, aber auch durch starke Zugluft kann diese Schleimhaut geschädigt werden, Bakterien können sich entwickeln, und es entsteht eine Entzündung. Auch Fremdkörper können die Ursache einer Bindehautentzündung sein – vor allem, wenn diese einseitig ist. Eine Entzündung kann ebenfalls mit Atemwegsinfekten, ausgelöst durch Viren oder Bakterien, einhergehen.

Legen Sie eine Hand in den Nacken (auf **beide** SES 4) und die andere Hand auf das Brustbein (zwischen **beide** SES 13), oder machen Sie den allgemeinen Strömgriff für die Augen (S. 47).

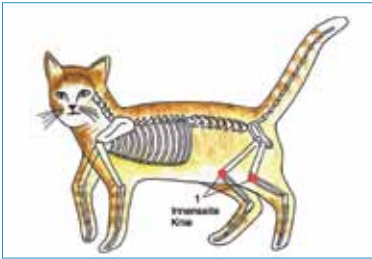


Oder legen Sie eine Hand auf das SES 4 auf der Seite des betroffenen Auges und die andere Hand auf das SES 22 (unterhalb des Schlüsselbeines) auf der anderen Körperseite.



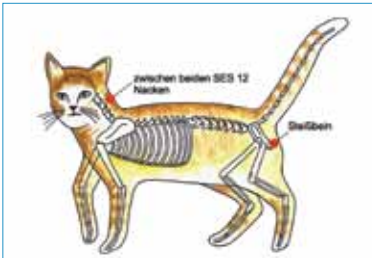
## Fremdkörper im Auge

Legen Sie die **linke Hand** leicht auf oder etwas über das **betroffene Auge** und die **rechte Hand** auf Ihre **linke Hand**. Oder halten Sie **beide** SES 1 (Innenseite Knie Hinterbeine).



## Verklebung des Tränenkanals

Länger andauernder einseitig oder beidseitig auftretender Tränenfluss kann, sofern am äußeren Auge keine Veränderung ersichtlich ist, auf eine Verklebung des Tränenkanals zurückzuführen sein. Um den Tränenkanal wieder zu öffnen, legen Sie eine Hand in den Nacken zwischen **beide** SES 12 und die andere Hand auf das **Steißbein**.



## Verbesserung der Sehfähigkeit

Siehe »Bindehautentzündung« (S. 48).

Jin Shin Jyutsu, auch Heilströmen genannt, ist eine sanfte Methode, mit den Händen die Lebensenergie zu harmonisieren, um damit das Immunsystem zu kräftigen und die Selbstheilungskräfte anzuregen – und sie funktioniert auch bei Katzen!

Von Ohrmilben über Bindehautentzündungen bis hin zu psychischen Problemen: Durch einfaches Halten bestimmter Punkte am Körper können wir die Gesundheit unserer Stubentiger stärken, ein Krankheitssymptom lindern oder einen umfassenden Heilungsprozess in Gang setzen.



Die erfahrene Jin-Shin-Jyutsu-Praktikerin Tina Stümpfig-Rüdisser zeigt uns mit einfachen Erklärungen und anhand zahlreicher Abbildungen, wie wir die Griffe anwenden und so unseren Samtpfoten etwas Gutes tun.



 Schirner  
Verlag

ISBN 978-3-8434-1284-1



9 783843 412841

€ 9,95 (D) / € 10,30 (A)