

Ich heiße Anna Kipke. Ich bin Heil- und **Jin Shin Jyutsu**-Praktikerin in Oldenburg. Zusammen mit Eika Bindgen, der Gründerin und Vorsitzenden der Deutschen Gesellschaft für Mary Burmeister Jin Shin Jyutsu e.V. entstand die Idee, die Beschäftigten der Tagesförderstätte der Lebenshilfe e.V. zu unterstützen, indem ich sie regelmäßig **ströme**, um ihnen die Wirkung der alten und kraftvollen Heilmethode **Jin Shin Jyutsu** nahe zu bringen.

Vor allem aus meiner eigenen Praxiserfahrung heraus erlebe ich täglich, wie **Jin Shin Jyutsu** aktiv zur Förderung und Aufrechterhaltung von Gesundheit und Wohlbefinden beiträgt.

Mit Hilfe von Herrn Langen, dem Leiter der Frdersttte, wurde eine Gruppe mit zuerst 3, dann 4 Beschäftigten in der Tagesförderstätte zusammengestellt, mit denen ich Begegnungen mit Jin Shin Jyutsu haben sollte.

Das waren Menschen mit unterschiedlichen körperlichen und geistigen Behinderungen:

- ✚ **T.**, 45 Jahre alt, hat eine frühkindliche Gehirnschädigung während der Geburt erlitten. Er sitzt im Rollstuhl, kann sich kaum bewegen und kaum sprechen. Er benutzt bestimmte Laute.
- ✚ **S.** ist 56 Jahre alt und erkrankte als Einjährige an Meningitis. Seitdem sind bestimmte Körperteile gelähmt. Sie hat eine geistige Entwicklungsstörung, spricht kaum und schreit die meiste Zeit.
- ✚ **M.** ist Mitte 30, seine geistige Entwicklung entspricht einem 3-jährigen Jungen.
- ✚ **B.** ist über 40 Jahre alt und hat autistisches Verhalten.

Von Anfang Juni bis Ende September besuchte ich jeden Donnerstagvormittag diese 4 Beschäftigten der Tagesförderstätte SELAM. Am Anfang war das etwas anstrengend, für mich, wie auch für die Beschäftigten. Sie mussten sich an mich gewöhnen und ich mich natürlich an deren Verhalten. Jeder Mensch hat mal einen guten, mal einen schlechten Tag. So auch bei den Beschäftigten der Tagesförderstätte. Sie waren mal gut gelaunt oder mal sehr aggressiv und unruhig. Sie waren auch nicht in der Lage, sich ruhig auf eine Matte oder Liege zu legen.

Am Anfang war das eine pure Herausforderung für mich, besonders die ersten Male, weil es im Jin Shin Jyutsu, um einen körperlichen Kontakt geht. Und genau das war die erste Barriere. Ich musste sehr vorsichtig mit den Menschen umgehen, musste selbst immer aufpassen, dass ich keinen Hieb abbekam.

So konnte ich am Anfang nur wenige Minuten, ca. 10-bis 15 Minuten **strömen**.

S. z.B. konnte überhaupt nicht ruhig sitzen. Daher konnte ich den Oberkörper kaum **strömen**. Dafür habe ich immer wieder ihre Füße und Zehen geströmt.

Sabine war ständig am Schreien, egal welche Körperbereiche ich strömte. Auf Dauer war das unglaublich anstrengend. Ich war soweit, dass ich S. nicht mehr strömen wollte und habe es dann auch der Betreuerin mitgeteilt.

Das Schicksal aber hatte es anders mit uns gemeint. Beim nächsten Besuch der Tagesförderstätte kam S.s Betreuerin auf mich zu und bat mich, S. nicht aufzugeben. Sie erzählte, dass S. weniger schrie, dafür aber anfang einzelne Wrter richtig auszusprechen. Ich dachte nur: "Wie unglaublich", und schaute in meine Notizen. Die ganzen letzten Male hatte ich immer die Füße und Zehen geströmt. Andere Möglichkeiten gab es nicht, weil S. unglaublich unruhig in Ihrem Rollstuhl gesessen hatte und ständig etwas in ihren Händen halten wollte.

So habe ich die meiste Zeit den 5., 6., 7. und 8 Strom angewandt.

Beginnend strömte ich höchstens 10 Minuten, mit der Zeit immer etwas länger.

M.s Füße durfte ich kaum anfassen. Dagegen mochte er es gern, wenn ich seinen Hinterkopf hielt - die 4-er konnte ich ruhig bis zu 10 Minuten halten. Danach konnte ich gut Brust, Rücken, Nacken, Oberarme, Zeigefinger, kleinen Finger- also den Anfang vom 13- Strom oder auch Vermittlerstrom, ruhig bis zu 20 Minuten strömen.

Dabei musste M. immer beschäftigt werden, indem er mit kleinen Autos spielte.

Während eines Besuchs schlug M. seinen Betreuer. Ich war trotzdem entschlossen, M. zu strömen, bat aber den Betreuer, dabei zu bleiben. Zu meiner eigenen großen Überraschung entspannte M. sich schon nach ein paar Minuten. Beginnend mit dem 13- Strom, also eine Hand auf der Brust, die andere auf dem Rücken, im Bereich der Schulterblätter, saßen wir ca.20 Minuten draußen auf der Bank. Ich konnte ihn ganz gut im Sitzen strömen, bis die komplette Entspannung zu sehen war. Beim nächsten Mal erzählte mir M.s Betreuer, dass Markus nach dem Strömen sehr ruhig und ausgeglichen war. Ich schlug dem Betreuer vor, beim nächsten „Ausrasten“ M. mit den von mir beschriebenen Griffen zu strömen und damit zu beruhigen.

Dann, an einem Donnerstag, war M. sehr schläfrig. Die Betreuerin vermutete, dass er etwas zu viel Medikamente bekommen hätte... Ich konnte M. zum ersten Mal im Liegen strömen. „Jetzt habe ich die Möglichkeit ihm *schön* die Füße zu strömen“, dachte ich mir. Ich hatte gut 30 Minuten geströmt, angefangen mit den großen Zehen, danach den 5., 6., 7., 8. Strom, also die inneren Fußgelenke, abwechselnd mit den kleinen-und Ringzehen. Nachdem ist er aufgestanden und war sehr präsent wieder da- keine Spur von Schläfrigkeit.

Da T. in seinem Rollstuhl saß, konnte ich bei ihm zu Beginn sehr gut die 4en halten, also, die Schädelbasis. Dann den Anfang vom 13- Strom, das ist vorne –die Brust, hinten- den Rücken und Nacken; beidseitig die Oberarme, beidseitig die Zeigefinger und die kleinen Finger. Ich behandelte ihn 10 bis 15 Minuten.

Einmal war T. sehr gereizt und unruhig und wollte nach Hause. Daraufhin habe ich den Gallenblasenstrom angewandt. Nach dem Strömen war T. wie ausgetauscht. Er war sehr ruhig, hat gelächelt und wollte nicht mehr nach Hause.

Da ich bei S. so schöne Erfahrungen mit den Füßen und Zehen gemacht hatte, dachte ich mir: „Warum sollte das nicht auch mit T. klappen“!

Beim nächsten Besuch lag T. in seinem Bett. Wieder sah ich eine Chance, seine Füße und Zehen zu strömen. So habe ich den 5, 6, 7, 8-Strom durchgeführt.

Weil T. so richtig entspannt da lag, konnte ich diesen Strom auf beiden Seiten anwenden. Ich konnte gut 45 Minuten strömen. Diesen Strom habe ich 3 Mal angewendet.

Die letzten Male hat T. mich immer mit der Hand begrüßt und gleich angefangen, mir etwas zu erzählen. Er erzählte, was er gegessen hatte, was er am meisten mag, was er so am Tag gemacht macht hatte. Manchmal hat er auch gesungen. Und das alles nach 3 Mal intensivem Strömen. Seine Wutausbrüche waren immer noch da, aber sie waren viel kürzer. Zu diesem Zweck habe ich bei ihm den Vermittler durchgeführt:

Manchmal habe ich auch die erste Korrekturmethode geströmt. Diesen Strom konnte ich bei T. 20-30 Minuten anwenden, da er die meiste Zeit im Rollstuhl saß.

Ich habe in dieser Zeit unglaublich viele kostbare Erfahrungen gemacht.

Anna Kipke
Jin Shin Jyutsu Praktikerin
Grüne Straße 6
26121 Oldenburg
0441-4086431