

Ich heiße Uta Herden, bin 54 Jahre alt, seit 2011 Jin Shin Jyutsu Praktikerin, Krankenschwester, Kundalini Yoga Lehrerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie.

Seit Anfang des Jahres 2017 arbeite ich als Jin Shin Jyutsu Praktikerin jeden Mittwochvormittag im Hamburger Hospiz Leuchfeuer und werde dabei von der Deutschen Gesellschaft für Mary Burmeister Jin Shin Jyutsu e.V. finanziell unterstützt. Meine Ansprech-, Übergabe- und Austauschpartnerin vor Ort ist die Jin Shin Jyutsu Praktikerin Steffi Severs, die bei Hamburg Leuchfeuer hauptamtlich als Sozialarbeiterin tätig ist.

Nach 6 Monaten Jin Shin Jyutsu Einsätzen beim Hamburg Leuchfeuer Hospiz kann ich mit Fug und Recht behaupten, dass dort die Unterstützung der Hospizarbeit durch Jin Shin Jyutsu (im Folgenden auch JSJ) einen vollen Erfolg darstellt. Die Bewohner – soweit orientiert – freuen sich jede Woche erneut auf die Behandlung, ich tendiere zu sagen, dass sie die Anwendung herbei sehnen, weil sie die wohltuende Wirkung des Jin Shin Jyutsu zu schtzen gelernt haben. Auch von der pflegerischen Seite wird bestätigt, dass das Einbringen von JSJ als eine wertvolle Substitution eingestuft wird und positive Veränderungen bei den Bewohnern und in der allgemeinen Atmosphäre deutlich sicht- und spürbar sind.

Um einen charakteristischen Eindruck von meiner dortigen JSJ-Tätigkeit zu geben, habe ich drei Bewohner mit sehr unterschiedlichen Erkrankungsstadien und Begleitungslnge ausgewählt:

- 1) Frau F., 65 Jahre alt, Diagnose: Lungenkrebs mit Leber- und Hirnmetastasen, durch mich 16 Wochen mit JSJ begleitet.
- 2) Frau M. 69 Jahre alt, Diagnose: Bronchialkrebs mit Hirnmetastasen, durch mich intermittierend begleitet.
- 3) Herr L, 82 Jahre alt, Diagnose: Prostatakrebs mit Knochen und Lymphmetastasen, durch mich nur zwei Wochen mit JSJ begleitet.

1) Frau F: Als ich die Bewohnerin Ende Januar 2017 kennenlernte, konnte sie im Prinzip alle täglich anfallenden Verrichtungen noch fast allein bzw. mit wenig fremder Hilfe ausführen. Ich habe sie trotzdem von Anfang bis zuletzt nie außerhalb ihres Bettes, sondern liegend auf ihrem Bett erlebt. Immer in voller Montur mit Jeans und Bluse unter einer Wolldecke. Sie schien bis zu ihren letzten Wochen von ihrem Bett aus eher zu residieren, fast als gewähre sie Audienzen, wenn man ihr Zimmer betrat. Ihre Persönlichkeit mit der einhergehenden Hoffnung auf Heilung veränderte sich von Woche von Woche deutlich. Anfänglich hatte sie ihren Hospizaufenthalt nur als Zwischenstation betrachtet und ging davon aus, dass sie wieder nach Hause käme. In dieser Anfangsphase wirkte sie distanziert und kontrolliert auf mich. Ihre gesamte innere und äußere Haltung war geprägt von einer starken Anspannung.

Frau F. war, von der ersten Behandlung an, durchgängig sehr angetan vom JSJ. Sie bedankte sich jedes Mal und vergaß nicht zu betonen, dass ich unbedingt in der nächsten Woche wieder zu ihr kommen sollte.

In diesen ersten Wochen war in ihren energetischen Pulsen eine deutliche Betonung der 5. und 1. Tiefe auszumachen und oft auch eine starke Seitenungleichheit. Mit Magen- Milz/ Herz-, Dünndarm-/ Betreuer- und der Vermittlerstrom verteilte sich die Energie nach den Behandlungen wieder sehr gut in ihrem System. Und war am Anfang noch die gesamte Atmosphäre im Raum und Körper der Bewohnerin spürbar angespannt und drückend, so konnte man am Ende der jeweiligen Behandlung deutlich eine Entlastung und Entspannung in Gestik, Mimik und der gesamten Körperlichkeit ausmachen. Ruhe war eingekehrt.

Auch wenn Frau F. sich im weiteren Verlauf nach den JSJ-Behandlungen gestärkt, ruhiger und ausgeglichener fühlte, war das Fortschreiten ihrer Erkrankung nicht aufzuhalten. Bemerkenswert in dieser Phase fand ich ihre Wandlung von der distanzierten, kontrollierten, im Widerstand befindlichen Person hin zu einer weicheren, verletzbareren, zulassenden Variante von Frau F. Wieviel Anteil JSJ an dieser Wandlung hatte, kann ich nur vermuten, deutlich war aber, dass es Veränderungen um den JSJ-Behandlungstag herum gab. In den psychosozialen Gesprächen die bei Leuchtfuer mit Frau F. geführt wurden, ergab sich der Eindruck, dass Frau F. in dieser Phase den Gedanken der Endlichkeit ihres Lebens mehr und mehr zulassen konnte.

Deutliche Hinweise für die offensichtliche Wirkung von JSJ waren, z. B. dass die Muskelzuckungen (wahrscheinlich ausgelöst durch die Hirnmetastasen), die mittlerweile alle Gliedmaßen bei Frau F. betrafen, während der Behandlung komplett aufhörten zu zucken und Beine und Arme zur Ruhe kamen. Oder, dass während der Behandlung ihr linker Mundwinkel und ihr - in einer schlaffen Lähmung liegendes Bein - enerviert wurden. Das abgewinkelte Bein hatte sich während des Strömens des 4`er Stromes von allein in eine gerade Lage zurückgelegt!

In den letzten Wochen vor dem Tod richtete sich die Aufmerksamkeit von Frau F. immer mehr nach innen. Sie war schläfrig und sprach, aß und trank nur noch wenig. Diese Phase sah für mich in der Außenbetrachtung eher nach Zulassen, als nach innerem Widerstand und Kampf aus. Die beiden Töchter von Frau F., die sich in der Sterbephase von ihr distanziert hatten, haben in den letzten Wochen wieder zu ihrer Mutter gefunden und sich um sie gekümmert. Am Ende sah alles nach einem wirklich friedlichen Abschied von Frau F. aus.

2) Frau M.: In der Gesamtzeit habe ich Frau M. immer nur sporadisch strömen können. Obwohl Frau M. jedes Mal wieder sehr angetan von den Jin Shin Jyutsu Behandlungen war, ergaben sich in der Gesamtzeit meiner Einsätze interessanterweise nur 8 Behandlungen. Entweder Frau M. war in pflegerischen Behandlungen, zu Untersuchungen, auf Ausflügen mit Bekannten, oder anderweitigen aushäusigen Terminen unterwegs.

Die Hirnmetastasen bei Frau M. bewirkten bei Frau M. zunehmend desorientierte Phasen, die sie selbst in bekümmerte und verzweifelte Gemütsstimmungen versetzte. Bei Frau M. äußerte sich dies in starker motorischer Unruhe und Wortfindungsstörungen.

Bei den meisten Besuchen, erinnerte Frau M. nicht wer ich war und welche Behandlung ich den Bewohnern anbot. Und so ergab es sich oft, dass ich ihr erzählen musste, wie sehr sie jedes Mal von den Jin Shin Jyutsu Behandlungen profitiert hatte (nicht nur in meiner Wahrnehmung, sondern von ihr geäußert).

Ich fand es extrem beeindruckend, wie diese Bewohnerin sich von einer fahrigten, nervösen, getriebenen Person, zu einem komplett ruhigen, gelassenen und orientierten Menschen während und nach der Jin Shin Jyutsu Behandlung wandelte.

Ich habe unterschiedliche Ströme zum Einsatz gebracht. Am Anfang stand neben der allgemeinen Unruhe und Nervosität ihre Darmträgheit im Vordergrund (Nebenwirkung der Schmerzmitteltherapie), dafür habe ich den Dickdarmharmonisierungsstrom und die erste Korrekturmethode angewendet. Aber auch der Milzharmonisierungsstrom fand des Öfteren Anwendung, da es darauf Hinweise in ihren energetischen Pulsen gab.

Bei meinem letzten Besuch bei Hamburg Leuchtfuer lebte Frau M. noch.

3) Herr L.: Ich habe den Bewohner nur zweimal besucht und geströmt. Trotzdem es nur eine kurze Zeitspanne war, war die Begegnung doch sehr intensiv und berührend.

Nach anfänglicher starker Ambivalenz, ob Herr L. sich überhaupt JSJ ausprobieren möchte, ließ er sich auf dieses Experiment unter dem Hinweis ein, dass er es jederzeit beenden kann, ohne dass ihm irgendjemand böse wäre.

Während der ersten Behandlung (Milzstrom) kam der Bewohner deutlich in die Tiefenentspannung. Auf meine Frage nach der Behandlung, ob es ihm gefallen hätte, war er ähnlich ambivalent, wie zu Beginn der Begegnung.

In der darauffolgenden Woche fragte ich ihn, ob er heute wieder geströmt werden möchte. Zu meinem großen Erstaunen schnellten ganz entschiedene „beide Daumen hoch“ Zeichen aus dem Bett von Herrn L., so dass ich mir ein Grinsen nicht verkneifen konnte. Auf Befragen, wo denn der Schuh tagesaktuell drücke, antwortete mir Herr L. sehr vertraut und ehrlich an, dass er zwischen „Baum und Borke“ stände. Baum: „weiter kämpfen und leben wollen“ und Borke: „einfach loszulassen und sterben dürfen“. Ich habe mich an dieser Stelle noch einmal für den Milzstrom entschieden. Während der Behandlung ist Herr L. - über eine tiefe Entspannung - in eine Schlafphase geglitten. Nach Behandlungsende, ist Herr L. nicht aufgewacht und ich bin leise gegangen.

In der 3. Woche hörte ich vom Pflegepersonal, dass Herr L. in der akuten Sterbephase wäre und die Nacht wohl nicht mehr erleben würde. Da seine Frau währenddessen bei ihm war und ich vorher keinen Kontakt zu ihr aufbauen konnte, hätte ich meine Anwesenheit als unangemessen und störend empfunden. Und so verstarb Herr L. in Begleitung durch seine Ehefrau noch in derselben Stunde.

Für mich war es bei jedem Einsatz zutiefst berührend zu sehen, wie sich durch Jin Shin Jyutsu Ruhe und Gelassenheit über alle Beteiligten (Bewohner, Hospizmitarbeiter, Besucher und auch mich) ausbreitet. Und trotzdem war jeder einzelne der wöchentlichen Besuchsverläufe nicht gleichförmig, sondern einzigartig und bedeutsam. Vielleicht gerade dadurch, dass man nicht wusste, ob es ein nächstes Wiedersehen mit dem jeweiligen Bewohner geben würde?

Viele der unterschiedlichen Sterbephasen gehören wahrscheinlich zu den anstrengendsten Phasen im Leben eines Menschen und bedürfen der besonderen Aufmerksamkeit und Unterstützung. Hier ist die Kunst und Anwendung von Jin Shin Jyutsu ein wirkliches Geschenk. Generell hatte ich den Eindruck, dass die Hospizbewohner im besonderen Maße die Wirksamkeit und Wohltat des JSJ bemerken, weil ihr Fokus deutlich nach innen gerichtet ist und sie von vielen Ablenkungen und Störungen des Alltags nicht mehr betroffen sind.

Ich möchte allen Beteiligten für die Durchführung und Gelingen dieses großartigen Jin Shin Jyutsu Projektes bei Hamburg Leuchtfeuer von Herzen danken.