



Jin Shin Jyutsu

Vision

Sicherheitsenergieschloss 4

Lage

Am Rand des Schädels am Hinterkopf, in der Kuhle neben dem Nackenmuskel

Fenster zum Geistigen

Die Vier ist mein Fenster. Sie ist die Brücke vom Formlosen zum Geformten, vom Geist zum Körper. Damit ist die Vier zuständig für alle Übergänge und Veränderungen in meinem Leben, also wenn ich in einen neuen Lebensabschnitt eintrete oder kurz davorstehe. Die Vier ist zuständig für Schwangerschaft, Geburt, Koma und Tod, aber auch für die kleinen Tode und Geburten in meinem Leben.

Wenn die Vier frei ist, ist auch unser Geist frei und der Lebensatem, das Qi, kann uns und unseren Körper gut versorgen. Mein Bewusstsein wird größer. Ein sauberes Fenster gibt mir einen guten Ausblick, ich kann den Überblick behalten, sehe, wer draußen vor der Tür steht (Drei) und weiß dann, ob ich ihn hereinlassen will oder nicht.

Im modernen Chinesisch sieht das Symbol für die Zahl Vier wie ein Quadrat oder ein Fenster mit Vorhängen aus. 四

Im Körper ankommen



Die Vier ist die Zahl der Materie, der Form und der Erde. Sie wird durch das Quadrat mit seinen vier rechten Winkeln symbolisiert. Es gibt vier Gliedmaßen, vier Räder, vier Stuhlbeine usw. Die Vier hilft mir, mich zu verwurzeln, meine Aufgaben auf der Erde anzunehmen, also gut zu inkarnieren. Die Vier kann helfen, Traumata aus den ersten Lebensjahren aufzulösen. Sie kann helfen, das innere Kind zu erkennen, dass das Gefühl hat, nicht genug Aufmerksamkeit zu bekommen und deshalb immer mehr von allem will. Süchte haben mit dem inneren Kind zu tun, das zum Beispiel sagen kann: "Du hast so viel getan, jetzt darfst du genießen, egal was es dich kostet. Genießen ist eine gute Idee, aber es kann auch zu Süchten führen.

Am Ende des irdischen Lebens wird die Vier gehalten, um dem Sterbenden den Übergang zu erleichtern. Im traditionellen Chinesisch ist die Aussprache der Zahl Vier und des Wortes 'Tod' identisch.

Der Manager des Körpers

Da Vier die Zahl der Materie ist, ist Vier auch der Manager des Körpers. Sie ist die Intelligenz, die aus der unerschöpflichen Quelle jeder Energiefunktion des Körpers je nach Bedarf das zuteilt, was sie braucht.

An der Vier kreuzen die Betreuer Ströme auf die andere Körperseite, diese betreuen den Körper, auf ihnen liegen dreiundzwanzig unserer Sicherheitsenergieschlösser.

Die Vier wird die "webende Prinzessin" genannt, weil sie für den Ausgleich zwischen linker und rechter Körperseite und auch zwischen den beiden Gehirnhälften sorgt. In der Nähe des Sicherheitsenergieschlusses Vier befindet sich der Pons, die Brücke zwischen den Gehirnhälften. Der Begriff "webende Prinzessin" kommt aus der japanischen Mythologie. Die Prinzessin ruht nie und webt die Gewänder für die Götter aus der Milchstraße. Sie hat einen Bezug zum Stern Wega. Wega wird mit "herabsteigender Adler" übersetzt, was interessant ist, da ab Schloss 4 die Energie auf dem Betreuerstrom wieder absteigt.

Vision

Die Vier hat einen starken Bezug zu den Augen und steht im übertragenen Sinne für meine Vision. Wie sehe ich die Welt? Welche Vision habe ich für mein Leben? Die Vier öffnet mir die Augen für die geistige Welt.

Emotion

Die Vier ist das Schloss, das am Hals für die Brustebene (12 - Taillenebene; 11 - Hüftebene) und damit für meine Gefühlsebene zuständig ist. Sie unterstützt mein Urvertrauen und hilft mir, liebevoll zu sein.

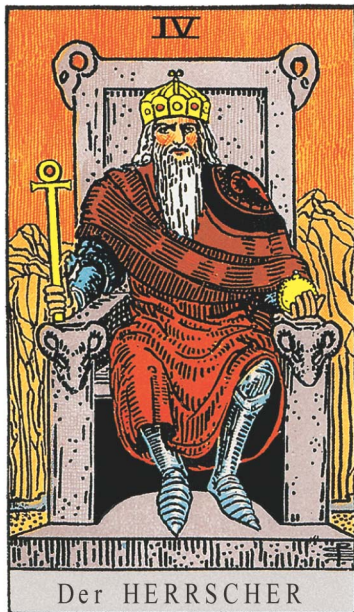
Die 4 im Mangel

Ich bin nicht geerdet, habe Schwierigkeiten, mit der Welt auf eine gute Art und Weise umzugehen, oder ich bin völlig verloren in der Welt und habe keinen Zugang zur spirituellen Ebene. Ich habe keine Vision und kein Vertrauen in das Leben.

Das Lernen durch Erfahrungen und Ergebnisse



Das 4. Hexagramm im I Ging bedeutet, dass frische Lebensenergien innerhalb bestimmter Grenzen ihren Weg finden, so wie der Bach durch den Berg geleitet wird und Berg und Bach eine Einheit bilden. Es geht darum, aus Erfahrungen zu lernen, d.h. wie ich Erfahrungen (Spontaneität, Bach) mit höheren Gesetzen (Reife, Berg) in Einklang bringe. Dabei ist es gut, wenn ich mich fließend bewege. Ich komme zu Ergebnissen, weil ich offen für Anregungen bin und aus Erfahrungen lernen kann.



Der Kaiser

oder "der "Herrscher" ist der große Baumeister des Universums, die Autorität, die Ordnung und Gesetze schafft. In anderen Tarot-Sets sieht man einen Bach, der aus den Bergen kommt.

Aus dem unerschöpflichen Reichtum Seiner/ihrer grenzenlosen SUBSTANZ schöpfe ich alles, was ich brauche, geistig und materiell.

In der griechischen Mythologie handelt es sich um **Zeus**, den Herrscher über alle Götter und Schöpfer der Welt.

Der entsprechende hebräische Buchstabe ist **He**. Er bedeutet Fenster. Die Sinnesfunktion ist das Sehen, das unsere geistigen Aktivitäten unterstützt. Es geht darum, die Schöpfung aus dem Nichts aufzubauen, zu definieren und damit zu begrenzen. Daraus entstehen Gesetze.



Widder und Mars

Astrologisch ist das 1. Tierkreiszeichen, der Widder (Feuer-Element) zugeordnet.

Der Widder wird von Mars regiert. Dieser steht für Feuer, Eisen, Energie, Leidenschaft und Durchsetzungsvermögen. Ich sage, was ich will

und diene aktiv Gott. Ich komme von der Einheit zum Individuum. Die Sonne spielt auch im Widder eine Rolle und der Kaiser ist die Sonne von allen. Die Sonne ist notwendig für das Sehen.

In der Kopf-Fuß-Zuordnung ist dem Widder der Kopf zugeordnet.

Der 1. Organstrom ist der Lungenstrom. Dieser beinhaltet die Aktivität des Atems und steht als erster der Organströme für den Anfang. Es gibt nur zwei Organe im Körper, die paarig angelegt sind und somit für Beziehungen stehen: Die Lunge steht für meine gegenwärtigen Beziehungen, die Nieren eher für vergangene und alte Beziehungen.

Körperlich

- Als Sicherheitsenergieschloss für die Brustebene stärkt die 4 die Atmung, die Lunge, den Brustkorb und das Herz. Die 4 hilft auch der Atmung, da dort die auf dem Betreuerstrom hinten aufsteigende Energie (Einatmung) zur vorne absteigenden Energie (Ausatmung) wird.
- Für die Übergänge im Leben:
 - Während der Schwangerschaft, für Mutter und Kind, zum täglichen Halten.
 - Nach der Geburt: damit das Neugeborene gut atmen kann.
 - Bei Koma ist eine 4 geschlossen. L linke 4/12; R rechte 4/12 hilft bei der Entscheidung ob jemand leben oder sterben will.
 - Im Moment des Todes sind beide 4 geschlossen, dort verlässt der Atem den Körper. Halte Schloss 4 bei Sterbenden. Setze dich entweder oberhalb des Kopfes und halte jeweils ein Schloss 4 mit einer Hand; oder wenn das nicht möglich ist, setze dich an die Seite des Sterbenden und mit einer Hand beide 4 und mit der anderen Hand beide 13 halten.

- Für die Motorik: In der Nähe von Schloss 4 liegen das Kleinhirn und der Hirnstamm. Das Kleinhirn ist zuständig für Bewegung und Bewegungskoordination, Spracherwerb und soziales Lernen. Der Hirnstamm verarbeitet Sinneseindrücke und motorische Informationen. Man sieht also, dass die 4 einen Fokus auf die Muskeln und die Motorik hat, die wiederum vom Mars regiert werden. (Mars macht aktiv). Die 4 hilft dem Bewegungsapparat, z.B. bei Hyperaktivität oder Lähmungen (für die gegenüberliegende Körperhälfte)
- Für den Kopf und das Gehirn Die 4 ist hilfreich für alle Projekte im Kopf, besonders in Kombination mit den jeweils gegenüberliegenden 20 und 21. Schön ist auch das "Kopf-Sandwich": Nacken (beide 4) und Stirn (beide 20) zu halten. Das wirkt beruhigend, z.B. bei Aufregung und Schreck. Probiert diesen Griff auch mal aus, wenn ihr etwas sucht.
 - Bei Schlaganfall, Gehirnerschütterung, Kollaps und Narkosefolgen
 - Für das Gedächtnis, bei Konzentrationsschwäche, Legasthenie und Autismus
 - Bei Schwindel und Gleichgewichtsstörungen
 - Bei Schlaflosigkeit
 - Bei Kopfschmerzen am Hinterkopf (auch 4 mit 16)
- Für die Nase, z.B. bei Nasenbluten und die Nasennebenhöhlenentzündungen
- Hilft den Augen
- Für Hals und Mandeln auf derselben Körperseite, unterstützt die Schilddrüse und hilft bei Nackenverspannungen

TCM

In der Nähe von Schloss 4 befindet sich der Punkt Gallenblase 20, der auch "Windtor oder Windteich" genannt wird. Er wird benutzt, um Wind oder Zugluft aus dem Körper zu ziehen, wenn sie uns krank gemacht haben. Die dritte Tiefe, Leber und Gallenblase, wird vom Wind beeinflusst. Sie wirkt besonders auf Kopf, Nacken und Schultern. Sie ist ein wichtiger Punkt für die Augen und die Sehkraft, die von der Leber und der Gallenblase gesteuert werden.

Andere 4er Schlösser

Alle drei 4er Schlösser wirken auf die, bzw. liegen auf der Brustebene und helfen mir mich emotional zu entspannen.

- 13: Liebe deine Feinde, Emotionen, Herz
- 22: Anpassen an das, was nicht zu ändern ist.

Das Schloss Öffnen

1. Das Schloss 4 auf beiden Seiten miteinander halten.

Die beiden 4 zu halten kann ein schöner Abschluss einer Behandlung sein. Dafür setze ich mich an das Kopfbende des Behandelten.

2. Verschiedene Kurzgriffe:

2.1. L rechte 4 mit R rechte 7 oder alternativ 15. Die 7 ist das Ende des Ausatmens und hilft der 4, die das Ende des Einatmens ist sich zu öffnen. *Atem*

2.2. L rechte 4 mit R linke 20, dann R linke 21 *Kopf, Gehirn, Augen*

2.3. "Kopf-Sandwich": Nacken (4) und Stirn (20) halten, *beruhigend, bei Notfällen*

3. Der Ankergriff (erster Schritt des 4 Stroms): L rechte 4 mit R rechte 13 *Genitalien, Menstruation, Schwangerschaft*

4. Dem Schloss ist der Ringfinger zugeordnet

Der 4 Strom

Linker Strom

Sitze links

- | | | | | |
|-----|---|-----------------------------|----|------------------------------------|
| 1. | R | linke | 4 | Schädelrand |
| | L | linke | 13 | Neben Brustbein |
| 2. | L | linke | 1 | Innenseite Knie |
| 3. | L | linke | 7 | Gr. Zeh Unterseite |
| 4. | L | linke | 15 | Leistenbeuge |
| 5. | R | linke | 22 | Innen unter Schlüsselbein |
| 6. | L | linke | 10 | Mitte Schulterblatt, 5.Brustwirbel |
| 7. | L | linker Mittelfinger | | |
| 8. | R | rechte | 4 | Schädelrand |
| 9. | R | Steißbein | | |
| 10. | L | mittlere 9 (8. Brustwirbel) | | |

Rechter Strom

Sitze rechts

- | | | | |
|-----|---|-----------|------|
| 1. | L | rechte | 4 |
| | R | rechte | 13 |
| 2. | R | rechte | 1 |
| 3. | R | rechte | 7 |
| 4. | R | rechte | 15 |
| 5. | L | rechte | 22 |
| 6. | R | rechte | 10 |
| 7. | R | rechter | MiFi |
| 8. | L | linke | 4 |
| 9. | L | Steißbein | |
| 10. | R | 8.BW | |

Der 4 Strom Kato

Linker Strom

Sitze links

- | | | | | |
|----|---|--|----|------------------------------------|
| 1. | R | linke | 4 | Schädelrand |
| | L | linke | 13 | Neben Brustbein |
| 2. | L | linke | 1 | Innenseite Knie |
| 3. | R | linker Ringfinger | | |
| 4. | L | linke | 7 | Gr. Zeh Unterseite |
| 5. | L | linke | 15 | Leistenbeuge |
| | R | linke | 22 | Innen unter Schlüsselbein |
| 6. | L | linke | 10 | Mitte Schulterblatt, 5.Brustwirbel |
| 7. | L | linker Mittelfinger | | |
| 8. | L | 9./10. Brustwirbel | | |
| | R | Steißbein | | |
| 9. | L | mittlere 4 (1. Halswirbel) Schädelrand | | |

Rechter Strom

Sitze rechts

- | | | | |
|----|---|----------------------|----|
| 1. | L | rechte | 4 |
| | R | rechte | 13 |
| 2. | R | rechte | 1 |
| 3. | L | rechter Ringfinger | |
| 4. | R | rechte | 7 |
| 4. | R | rechte | 15 |
| 5. | L | rechte | 22 |
| 6. | R | rechte | 10 |
| 7. | R | rechter Mittelfinger | |
| 8. | R | 9./10. Brustwirbel | |
| | L | Steißbein | |
| 9. | R | mittlere 4 | |



Jin Shin Jyutsu

Jin Shin Jyutsu Zentrum Berlin

Matthias Bergmann

Wiesbadener Str. 5

12161 Berlin-Friedenau

030 / 832 62 20

www.jin-shin-jyutsu.de