

Hoy el Jin Shin Jyutsu se define dentro de las terapias que se basan en la existencia de una **energía vital**, considerada una manifestación de la **energía universal** que penetra en todo lo existente y representa la **fuerza de la vida**. Esta energía, que circula por todo el cuerpo en diferentes niveles o profundidades, debería fluir libre y sin obstáculos, ya que su bloqueo puede generar tensiones que lleven a la desarmonía y la enfermedad.

**El Jin Shin Jyutsu considera que el cuerpo humano está recorrido por tres grandes canales energéticos** y trabaja sobre ellos con las manos, suave pero firmemente, por encima de la ropa e incluso de la escayola. Para este arte terapéutico existe un flujo central principal, que discurre por un círculo oval y que desciende por la cara, cuello y esternón, la zona abdominal y el hueso púbico, para ascender por la columna, volver a pasar por encima de la cabeza y descender nuevamente; y otros dos grandes flujos denominados supervisores que nacen en la parte interior de las rodillas: el supervisor izquierdo, que controla todas las funciones del cuerpo del lado izquierdo y que está relacionado con el principio masculino, el tiempo, el pasado, la lógica y lo genético, y el supervisor derecho, que rige las funciones del lado derecho y que tiene que ver con el principio femenino, representando el espacio, el presente, la intuición y la regeneración. Por último, los flujos mediadores diagonales, unen y armonizan la parte izquierda del cuerpo con la derecha. De la misma manera el JSJ considera que la energía toma forma en el cuerpo a través de diferentes profundidades que van de la piel (1ª profundidad) a los huesos (5ª profundidad), relacionadas con las diferentes etapas vitales y órganos y que se pueden desequilibrar por emociones tales como **la preocupación, el miedo, la cólera, la tristeza y el exceso de pretensión**. Por otra parte, **identifica 26 cerraduras de seguridad** (esferas energéticas de unos 15 cm. de diámetro repartidas por los canales mencionados) a través de las cuales puede liberarse la energía estancada o mejorar su flujo.

**¿Cómo funciona?** Imagínese un ser humano dentro de un marco compuesto por la energía y la materia. Si este marco se desestabiliza es obvio que el cuerpo físico estará afectado. Si el sistema energético está en armonía entonces la persona conduce una vida feliz, normal – libre de enfermedad. Si el sistema energético se alinea mal, el cuerpo físicocomienza a sentir el efecto, conduciendo a los problemas de salud – a nivel emocional o mental. El sistema energético se puede desarmonizar de muchas maneras: como herencia hereditaria, accidente o trauma, clima, dieta, forma de vida, enfermedad, actitudes de la preocupación, miedo, cólera, tristeza e intentar ser cuáles no somos.

**Jin Shin Jyutsu pone en orden el sistema de energía**, normaliza el flujo de la energía y crea un camino para el despertar del conocimiento de la armonía completa dentro de uno mismo y del universo. La mayoría de la gente siente las ventajas inmediatamente y gozo mientras se ayudan a si mismos o reciben en calidad de pacientes. Se han dado casos que el paciente cuando recibe Jin Shin Jyutsu rememora hechos o situaciones pasadas que alejaron de su vida hace mucho y sienten la necesidad de hablarlo, llorarlo, rierlo o recordarlo en silencio... esta manifestación evidente libera al receptor durante el tratamiento y equilibra el flujo de la energía, devolviendole la armonía y alegría de vivir rompiendo con los miedos y temores pasados, presentes y futuros.

**Jin Shin Jyutsu armoniza al hombre trabajando sobre 26 cierres energético** repartidos a lo largo del cuerpo, tanto en la derecha como en la izquierda. De esta manera si uno de estos cierres se ve afectado por una sobre carga de energía proveniente de una actitud: como preocupación, tristeza, rabia o cólera, miedo y pretensión se interrumpirá la armonía natural del fluir de la energía en el cuerpo, dando pie a los primeros síntomas a nivel de línea de cintura, línea de pecho, línea de cadera... y luego a la manifestación de la Etiqueta (enfermedad) convirtiéndose en un proyecto para Jin Shin Jyutsu, que trabajará para armonizar con el uso de cierres, la aplicación y combinación de flujos trabajados con nuestras manos como únicas herramientas y haciendo uso de las yemas de los dedos o palmas de nuestras manos.

**Jin Shin Jyutsu – Nuestras Manos :** Relacionando el sentimiento o actitud que presentamos a continuación; podemos eliminarlo si trabajamos cada dedo, simplemente se trata de envolver suavemente el dedo en relación con lo que queremos tratar. Las indicaciones no significan que estes teniendo serios problemas con dichos órganos, pero sí, es un claro aviso que las emociones que manifiestas están relacionadas con esos órganos, y el no armonizarlos y continuar viviendo con este tipo de actitudes o sentimientos, podrían causar la enfermedad como un último grito de socorro para modificar nuestros patrones de vida y librarnos de sus padecimientos. Con el conocimiento y la aplicación de Jin Shin Jyutsu en nuestra vida siempre estaremos a salvo.

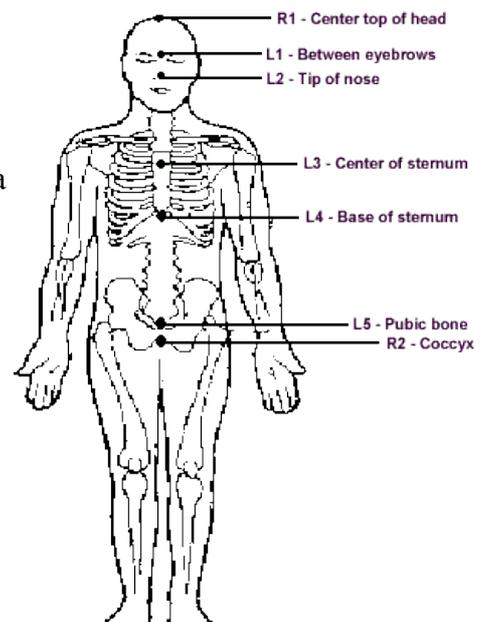
## TIEMPO RECOMENDADO

1. Aplicación a uno mismo: mínimo 20 minutos a 1 hora a más (podemos aplicar media hora un lado del cuerpo y otra media hora el otro lado, también podemos trabajar lado izquierdo por el día y derecho por la noche)
2. Aplicación o ayuda a otros: mínimo 20 minutos y no más de 45 o 60 minutos. En casos graves aplicar 2 a 3 sesiones diarias a intervalos de 8 horas. En personas muy delicadas aplicar el tiempo que ellas lo permitan. 4 minutos por paso
3. Se aconseja mínimo de tres días seguidos y para buenos resultados nueve días seguidos.
4. No tomar café ni bebidas excitantes antes de su aplicación.
5. Es mejor aplicar los flujos con el estómago vacío o mínimo alimento.

## Corriente Central Principal

Para la aplicación del siguiente flujo se procede de la siguiente manera, tanto si nos aplicamos a nosotros mismos, o a otras personas. Acostado o posicionado cómodamente

- **MANO DERECHA**, las palmas o las yemas de los dedos sobre nuestra corona (4 dedos de la raíz del pelo sobre la frente), esta mano se queda sobre nuestra corona hasta el último paso, que será cuando la bajemos a nuestro coxis.
- **MANO IZQUIERDA**; con nuestras yemas o palma de mano vamos desplazando sobre los puntos indicados en el gráfico a razón de 2 o 3 minutos por paso.
- Finalmente, cuando hemos completado los minutos con nuestra mano izquierda sobre nuestro pùbis, bajamos la mano derecha de nuestra cabeza para colocar en el coxy.



Sobre el tiempo, lo ideal sería dedicarle unos 20 minutos a alguna sesión.

Si tuvieras que interrumpir la aplicación de este flujo luego puedes continuar con los siguientes pasos.

Si te quedas dormido a medio camino de la sesión, no te preocupes la energía está siendo restablecida.

Algunas consideraciones que puedes tener en cuenta si gustas; aunque bien puedes seguir los pasos tranquilamente. Cuando estos latidos se unen en ambas manos a medida que trabajamos los pasos de este flujo, podemos continuar con el siguiente paso. Podrías notar que no tienes estos pulsos o palpitaciones, podrías notar que por momentos se ausentan, o que aceleran, o son débiles...espera a que se mantengan constantes por unos segundos antes de ir al siguiente paso. Poco a poco aprenderás a sentir tu propio cuerpo.

### CORAZÓN:

Las principales funciones fisiológicas del corazón son controlar la sangre y los vasos sanguíneos y atesorar la mente...El corazón es considerado el órgano de mayor influencia sobre las actividades mentales y generaliza la función fisiológica del cerebro. Por eso el espíritu, la conciencia, la memoria, el pensamiento, el sueño, están relacionados con la función del corazón de atesorar la mente. Las dos funciones del corazón tienen efecto y correlación mutuas. Cuando la sangre es suficiente y la circulación normal, el aspecto facial aparece sonrosado, brillante, lleno de ánimo, y todos los órganos y tejidos están bien nutridos y desempeñan normalmente sus funciones.

### HÍGADO:

Las funciones fisiológicas del hígado son:

almacenar la sangre, controlar la dispersión y el drenaje y dominar el jin (tendones y ligamentos).

El aporte adecuado de sangre a los diversos órganos depende tanto de la función normal del corazón como del hígado