

De vier Shins

Bo Shin

Setsu Shin

Mon Shin

Bun Shin

Bo Shin - observeren

- Observeren met je hele wezen
- Wees vrij van vooringenomenheid, oordeel en kritiek
- Laat je eigen weerstand los
- Openheid is essentieel
- Je mag op jouw manier helpen, het is een samenwerking
- Laat de energie van de ander je overspoelen, pik de vibratie op

Bo Shin - observeren

- Niet teveel op detail letten, maar op het geheel
- Zet je zelf open en wees ontvankelijk om te ontvangen wat er is
- Bescheidenheid en dankbaarheid zijn wezenlijke componenten van jouw gedrag als behandelaar
- Breng iemand op zijn/haar gemak en observeer alles aan de persoon
- Wees je bewust van je eigen gevoelens → hoe voel jij je bij je client?
- Laat je leiden door je intuïtie, laat je handen naar de kwetsbare plekken gaan
- Als je Bo-shin gebruikt ben je een kunstenaar die een ander mens beschouwt als een prachtig kunstwerk

Setsu Shin - iemand in de ziel zien door het voelen

- Letterlijk: diagnose door aanraking
- Het betekent: iemand in de kern raken
- Je gaat door de oppervlakte heen om echt naar de innerlijke mens en ziel te gaan
- Met iedere aanraking wordt subtiele info uitgewisseld, we 'voelen' de ander
- Je voelt het lichaam, de spieren, pezen, botten etc en de nuances van het karakter
- Je raakt het leven van die persoon aan

Setsu Shin – iemand in de ziel zien door het voelen

- Je vingers en handen worden je ogen
- Je onderzoekt met je hele wezen, met je ziel
- Probeer de persoon op alle lagen te begrijpen: lichamelijk, emotioneel, spiritueel en psychologisch
- Wees open en gevoelig voor je client
- Als je oordeelt zal hij /zij zich voor je afsluiten
- De persoon die diagnosticeert is degene die gediagnosticeerd wordt
- De tekortkomingen van de degene die de diagnose stelt, beperken zijn of haar vermogen om de persoon die je probeert te helpen, te begrijpen. Dit is niet de fout van de patient, maar van de diagnosticus

Mon Shin – informatie door vragen te stellen

- Communicatie : heb je last van
- Luister in het bijzonder naar wat niet gezegd wordt
- Kijk dus ook naar wat er via lichaamstaal wordt gecommuniceerd
- Hoe beweegt iemand, hoe 'spreken' de ogen?
- Wat probeert de patient te vermijden? Wat ligt gevoelig? Hoe spreekt de patient? Bijv. lichtzinnig over belangrijke zaken?

Mon Shin – informatie door vragen te stellen

- Merk alles op: gesproken woord en lichaamstaal moeten congruent zijn
- Is iemand expressief met handen of gezicht?
- Wat wordt non-verbaal uitgezonden?
- Beschuldig nooit iemand van het vermijden van gevoelige punten
- Win altijd het vertrouwen
- Ken je eigen beperkingen en grenzen

Bun Shin - luisteren

- Begrip hebben voor kwaliteit van het stemgeluid van de patient
- Luister met je hele lichaam
- Waar komt de stem vandaan?
- Veel emotie: hart
- Woede in de stem: lever
- Sympathie : milt
- Angst in de stem: nieren
- Monotoon en scherp: metaal
- Wat is het overheersende gevoel tijdens het spreken ?

Bun Shin – ruiken

- Bun Shin gaat ook over ruiken.
- Een lichaam in disbalans geeft bepaalde geuren af (zoet, ranzig, rot, ammoniak etc.)
- Dit is een specifieke vaardigheid die je kunt ontwikkelen
- Als je diagnosticeert betreed je de persoonlijke levenssfeer van de persoon, je vraagt iemand jou toe te laten
- Dit vereist een hoog ontwikkeld gevoel van passend gedrag
- Je gaat uit van de meest edele intenties
- Oosterse diagnostiek is een delicate kunstvorm, die moet worden beoefend met respect voor de ander en recht op privacy
- De meest gepaste intentie tijdens diagnose is liefde → hoe meer je iemand echt ziet, hoe meer iemand jou zal toelaten