



Jin Shin Jyutsu

Jin Shin Jyutsu und mental- emotionale Gesundheit

17.02.2025 - 30.06.2025

online

"Wir können den Wind nicht ändern - aber wir können unsere Segel anders setzen."

ARISTOTELES

Unser Leben entfaltet sich aus der Mitte heraus in die Pole der Schöpfung:
angenehm und unangenehm, freundlich oder schroff, leicht oder herausfordernd,....
Diese Pole erfahren wir in unserem Alltag in jedweder Form und wir können uns nur
teilweise aussuchen, welche Seite des Lebens uns gerade „küsst“.

Was wir jedoch üben können, ist, einen immer harmonischeren Umgang mit dem Leben zu
finden - begleitet von Jin Shin Jyutsu, der Physio-Philosophie in praktischer Anwendung.
Die Einladung ist, Dir in 10 Kapiteln im Sommersemester auch auf dieser Ebene weiterhin
freundlich zu begegnen und zu erforschen, wo auf Deiner inneren Landkarte Stärken zu
finden sind, wo Dir Glaubenssätze weiterhin dienen und wo es vielleicht Anteile in Dir gibt,
die freundliche Aufmerksamkeit brauchen oder ein neues Hinhören, oder vielleicht welche,
die Dir jetzt nicht mehr dienlich sind.

Mary Burmeister beschreibt im SH Buch I das „Mich Kennen – Mir Selbst Helfen Lernen“ in
Bezug auf die sogenannten Einstellungen: hier geht es um immer wiederkehrende mental-
emotionale Pakete, die oftmals schon früh in unserer Kindheit oder später durch unsere
Reaktionen auf bestimmte Erfahrungen entstanden sind und sich hinderlich sowohl auf
unser Leben und als auch auf den Fluss der Energie im Körper auswirken. Mithilfe der
passenden Fingersequenzen, Ströme & Achtsamkeit können wir helfen, den Energiefluss
wieder zu harmonisieren.

Und wir üben weiterhin Achtsamkeit im Inne Halten, damit wir nicht „auf ein Pferd
aufspringen, mit dem wir in die falsche Richtung gallopierten“ – um es abschließend mit
Viktor Frankl zu sagen:

„Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum.

In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl unserer Reaktion.

In unserer Reaktion liegen unsere Entwicklung und unsere Freiheit.“

Herzlich willkommen!

Gestaltung: Monika Fiechter-Alber & Elli Jürschik

Termine: 10 x Live Online: immer Montags von 18:30 – 19:30

Links zum Nachströmen der Einheiten sind für Dich

bis September 2025 verfügbar

*** 17.2.25

*** 3.3.25, 17.3.25, 31.3.25

*** Pause wegen Osterwoche, 21.4.25

*** 5.5.25, 19.5.25

*** 2.6.25, 16.6.25, 30.6.25

Anmeldung & Einzahlung noch möglich ab sofort

an stroemkurse@outlook.com

Wir haben uns entschieden, unseren Tarif beizubehalten:

Jin Shin Jyutsu und mental-emotionale Gesundheit

Kursort	Onlineveranstaltung
Kurszeiten	Montag, 17. Februar 2025 - Montag, 30. Juni 2025 18:30 - 19:30 Gesamt Unterrichtsstunden: 10
Leitung	Monika Fiechter-Alber & Elli Jürschik
Kursbeitrag	120€