

**Barbara Miedl**



Jin Shin Jyutsu

**Stricken & Strömen -  
Masche für Masche mehr  
Mut**

**Tulln**

**08.12.2026 - 08.12.2026**

# Inhalte

Ein Workshop für alle,

... die den Faden nicht verlieren möchten  
... die sich sanft aus Verstrickungen lösen möchten  
... die ihr Leben in die eigenen Hände nehmen möchten

In Selbsthilfebuch 1 – „Einführung in Jin Shin Jyutsu IST.“ finden wir fünf "Seinszustände", die unser alltägliches Leben beeinflussen: Sorge, Angst, Wut, Traurigkeit, Verstellung/Bemühung/so tun als ob.

Emotionen sind im Alltag allgegenwärtig, unausweichlich und wertvoll für unsere Entwicklung.

Was passiert jedoch, wenn wir uns in diesen Emotionen „VERSTRICKEN“?

Erleben wir Emotionen immer wieder neu, so werden sie zu "Einstellungen". Du hast die Wahl, in diesen Einstellungen verstrickt zu bleiben oder das eigene Leben bewusst in die eigenen Hände zu nehmen.

Durch einfaches Halten - oder Strömen, wie dieses Halten im Jin Shin Jyutsu genannt wird - der Finger können „Einstellungen“ gelöst werden.

Warum Stricken?

Es gibt unzählige Methoden, unsere Hände und mit ihnen den Geist kreativ zu beschäftigen. Etwas Stoffliches dabei zu erwirken gefällt mir. Meinen ersten Schal habe ich gestrickt, als ich sieben Jahre alt war, ich stricke noch immer...

Ist es nicht einfach schön, mithilfe der eigenen Hände Masche für Masche Ideen Wirklichkeit werden zu lassen? Jede Masche erzählt die Geschichte eines Atemzugs ...

Es gibt viele Veröffentlichungen rund um das Thema „Stricken als Gesundheitsförderung“ Hier nur ein paar angenehme Nebenerscheinungen von Stricken...

Stricken beruhigt  
Stricken stärkt das Selbstbewusstsein  
Stricken hält geistig wach  
Stricken macht glücklich

Warum Strömen?

Strömen ermöglicht dir, auf die dir bewussten Einstellungen zu reagieren, sie in die Hand zu nehmen, eine wichtige Selbstwirksamkeitserfahrung. Mit der Zeit wird Fingerströmen ganz selbstverständlich in deine persönliche Lebenskunst einfließen.

Strömen stärkt das Selbstbewusstsein. Durch die Beschäftigung mit deinen Einstellungen lernst dich selbst besser kennen. Hände|Finger und Gehirnregionen stehen in direkter Verbindung.

Strömen bringt zur Ruhe, lenkt den Fokus auf das Wesentliche, weitet den Blick und erfrischt den Geist.  
Strömen macht glücklich ... ?

... aber das sollst du mir nicht glauben, finde es ganz einfach für dich selbst heraus! - oder wie Mary Burmeister, es ausdrückt: „Sei dein eigenes Zeugnis.“

In diesem Workshop lernst in praktischer Anwendung die Aufgaben der Finger kennen und du nimmst mit deinem Strickwerk MASCHE FÜR MASCHE neues Bewusstsein, MUT und Verständnis für die Aufgaben deiner Finger mit nach Hause.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig – weder für Stricken noch für Strömen ...

Wenn du Lust hast, mit auf diese experimentelle Reise zu gehen, freue ich mich, dich Kennenzulernen oder Wiederzusehen!

# Stricken & Strömen - Masche für Masche mehr Mut

## Kursort

ström.ort Tulln  
Bahnhofstraße 1-5/14  
3430 Tulln



## Kurszeiten

Tuesday, 08. December 2026  
10:00 - 16:00 Uhr

## Leitung

Barbara Miedl

## Kursbeitrag

90,00

## Anmeldung

### Online-Anmeldung verfügbar

Du erhältst eine automatisierte Anmeldebestätigung von noreply@jsj.at. Solltest du diese nicht erhalten, bzw. von mir keine Anmeldebestätigung erhalten, wende dich bitte telefonisch oder via E-Mail an mich.

barbara.miedl.jsj@hotmail.com | +43 664 14 44 191

Zahlungs- und Stornobedingungen

Mit der Anmeldebestätigung schicke ich dir eine Rechnung mit den Zahlungsinformationen.

Eine Stornierung bis 30 Tage vor Seminarbeginn ist kostenfrei, danach verrechne ich eine Bearbeitungsgebühr in der Höhe des halben Seminarpreises. Bei Absage am innerhalb von 24 Stunden vor Seminarbeginn wird der volle Seminarpreis fällig. Danke für dein Verständnis!