Jin Shin Jyutsu

JIN SHIN JYUTSU

Edition 60 | Nov. 2026 www.jsj.at Herausgeber: Verein Jin Shin Jyutsu Österreich

Aus dem Inhalt

Ein großes Familienfest 2
beim Vereinstag in Oberösterreich

Musik erschafft die Welt 3
Doris Grellmann veranschaulicht wie Schwingungen unser Sein bestimmen

Jin Shin Jyutsu Symposium 2027 6
Einladung und Programm

JSJ-Zentrum in Wien 9
ein Gemeinschaftsprojekt zum Wachsen

Einheit ist der Schöpfer 10
ein Praktikertag voller Klang und Stille

Eine fließende, vewickelte Form 11
Iole Lebensztajns Mentoring-Kurs in Tirol

GUFL 12
ein Sommer in Tirol

Die Dreieinigkeitsströme 14
Konzept der Tiefen mit Susa Hagen in Wien

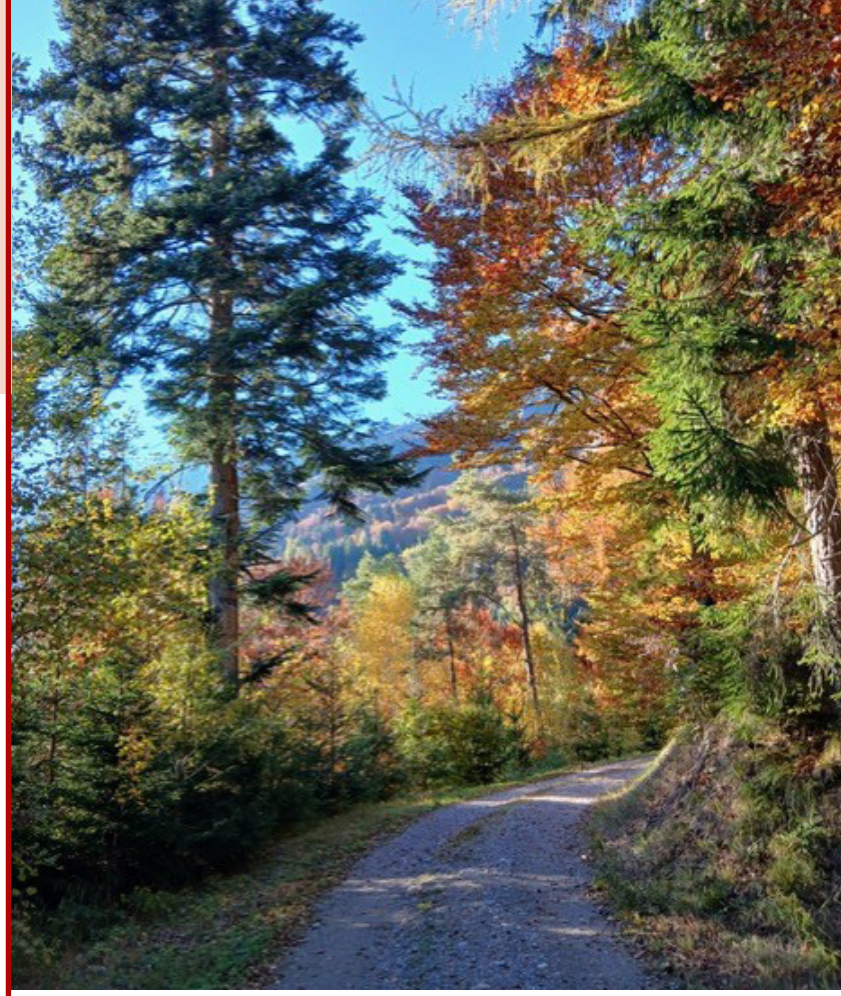
Tierische Strömkundschaft 15
Cornelia Nutt über das Strömen von Tieren in der Dornbirner »Strömwerkstatt«

Inoffizielles Orga-Treffen 16

Einladung zum Singen & Strömen 16

Save the Date: Feier in Gnadenwald 16

Kurse & Veranstaltungen 2026 17



»Ein dankbares Herz ist nicht nur die größte Tugend, sondern auch die Mutter aller übrigen Tugenden.«

Cicero (106 v. Chr.–43 v. Chr.)

Ein großes Familienfest

Der JSJ-Vereinstag im oberösterreichischen Enns war eine Premiere, bei der alles wie am Schnürchen geklappt hat. Das Motto des Tages lautete: »Im EinKLANG sein – Jin Shin Jyutsu und die Welt der Klänge«.

Von Stefanie Holzer

Eine hoch über dem Veranstaltungsort des JSJ-Vereinstages 2026 installierte und Dächer penetrierende Überwachungskamera hätte festhalten können, wie rund fünfzig Personen nach und nach ankamen. Beim Anblick der Gastgeber und anderer Teilnehmer zeigte sich ein erfreutes Lächeln auf den Zügen der Ankommenden aus Wien, der Steiermark, Tirol, Nieder-und Oberösterreich und dann kam es noch reihum zu ausgiebigen Umarmungen. Die Kamera sah: Liebe Bekannte und Freunde waren zusammengekommen.
Beim Weiterschwenken hätten die Bilder im Betrachter die Gewissheit wachsen lassen, dass die Ankommenden dem Hungertode nahe sein mussten. Denn es gab dort im Empfangsraum auf großen und gut gefüllten Tabletts die phantasievollsten Brötchen und die unterschiedlichsten Kuchen, die man sich wünschen konnte. Die anwesenden Damen und Herren gustierten im Lauf des Tages und berieten einander, was, obwohl man schon viel gegessen hatte, doch unbedingt noch gekostet werden musste.
Für den herzlichen Empfang und die mehr als liebevolle Verköstigung sei das gesamte oberösterreichische Veranstaltungsteam bedankt und belobigt: Sie haben dem Vereinstag den leuchtenden Rahmen eines Familienfestes gegeben. Bedankt sei auch der Vereinsvorstand, der dafür sorgt, dass dieses Zusammenkommen alljährlich stattfindet.

Der Vereinstag ist seit Jahren ein Tag, an dem wir aus einem besonderen Blickwinkel auf unsere Kunst blicken. Es geht um ein Ausweiten des Felds. Heuer lautete das Motto



»Im EinKLANG sein – Jin Shin Jyutsu und die Welt der Klänge«.
Die oberösterreichische Organisatorin Doris Grellmann entführte die Versammelten alsbald in Sphären, die zumindest ich allein nicht so leicht erreichen würde. Man hörte ihr zu, begriff im Moment, worum es ging, und freute sich, neue Ebenen und Winkel unseres Seins wahrzunehmen. Aber schon kurz darauf wäre es mir nicht leichtgefallen, zu wiederholen oder zusammenzufassen, worum es in Doris eindrucksvollem frei gehaltenem Vortrag ging. Deswegen schien es mir das Beste, Doris selbst zu dieser Zusammenfassung in schriftlicher Form einzuladen. Dieser Einladung ist sie nachgekommen, wofür auch sie noch einmal herzlichst bedankt sei. Lest ihren Text

bitte auf Seite 3.

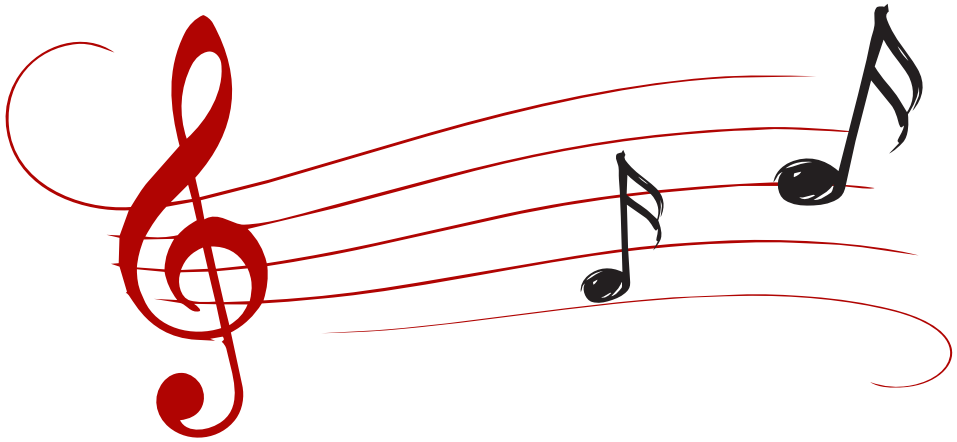
Auf der Inhaltsebene möchte ich nur noch ein paar Sätze wiederholen, die ich mitgeschrieben habe, damit sie vielleicht auch in Euch nachklingen:

»Erkennst Du Dich selbst als Teil des höchsten göttlichen Bewusstseins … ?«

»Klang ist die höchste Schwingung, die es gibt. Ohne Klang gäbe es keine 8. Tiefe, der Klang existiert in der 9. Tiefe, er macht Schöpfung erst möglich.«

»Wir sind alle gestimmte Wesen, Instrumente Gottes, ein Kunstwerk. Wir wollen das göttliche Potential über jede Zelle ausdrücken. Wenn wir uns nicht mehr erinnern an uns als Kunstwerk, sondern uns nur als 5.-, 4.-, 3.-, 2.- und 1. T- Wesen sehen, dann sind wir getrennt… Wenn aber die Seele den geistigen Funken realisiert, dann sind wir nicht mehr getrennt. Wir bilden ein Feld des Einsseins. Das ist möglich, wenn der Verstand sich auf die höhere Frequenz der Seele einschwingt.«

Doris‘ Vortrag wurde unter Anleitung und Mithilfe der beiden Musikerinnen Sabine Fröhlich Diemer und Uschi Hölbling verdeutlicht. Sie ließen uns die Zusammenhänge zwischen dem Strömen und der Welt der Klänge erfahren: Wir haben gesungen und getanzt. Der Vereinstag war ein Tag voller Freunde! DANKE allen, die dabei waren.



Musik erschafft die Welt

Doris Grellmann hielt im Rahmen des Vereinstags 2026 in Enns einen eindrucksvollen Vortrag über den Klang, der unsere Welt manifestiert. Für den Newsletter hat Doris eine komprimierte Fassung erstellt, damit auch alle jene, die nicht in Enns teilnehmen konnten, eine Idee davon bekommen, wie Schwingungen unser Sein bestimmen.



Am Anfang war das Wort. Und das Wort war bei Gott, und das Wort war Gott.

Alles ist durch das Wort geworden, und ohne das Wort wurde nichts, was geworden ist.
Das Wort ist nicht allein Sprache. Es ist auch Klang. Denn ein Wort ist ein Klang mit einer Bedeutung. Und in den Schwingungen, die dieser Klang hervorruft, liegt etwas von seiner Bedeutung verborgen. Trifft die Schwingung auf das Urwasser, beginnt sich diese Bedeutung zu manifestieren. Aus dem Unsichtbaren wird das Sichtbare. Aus Klang wird Form. Aus Schwingung wird Materie.
Wir nennen diesen Vorgang ***Schöpfung***.
Die Welt, das Universum und alles, was darin enthalten ist, könnten so aus einer Musik entstanden sein, deren Essenz ein sinnstiftender Klang ist. Die Völker der Erde haben diesem Urklang unterschiedliche Namen gegeben: ***Om, das Wort, der Logos, der Urknall, die Vokale.*** Unterschiedliche Bilder und Begriffe, die auf dasselbe Geheimnis weisen: dass am Anfang eine Schwingung war, eine Äußerung, ein Klang, der sich in das Universum hinein entfaltete und schließlich in unzähligen Formen materiellen Ausdruck fand.

Vielleicht ist Schöpfung nichts anderes als das ***Hervorgehen von Form aus Klang***. Und das Urwasser ist das Nichts. Nicht das Nichts im Sinne von Abwesenheit, sondern ein Nichts, in dem alles möglich ist: Ein unbegrenztes Feld aller Möglichkeiten. Das, was in alten Überlieferungen als Urwasser erscheint und sich auch mit dem Tao, mit dem Unbenennbaren, mit der Ewigkeit jenseits von Zeit und Raum verbinden lässt. Heute würden man dafür vielleicht das Bild eines Quantenfeldes verwenden. Doch ganz gleich, welchen Namen wir wählen: Das Geheimnis bleibt größer als das Wort, mit dem wir versuchen, es zu beschreiben.
Denn das Wort selbst ist Klang.

Das erste Hören

Unsere Ohren sind Tore zu einer Welt, die weit größer ist als das, was wir bewusst hören. Bereits im Mutterleib beginnt unsere Beziehung zum Klang. Noch bevor wir die Welt mit den Augen sehen können, begegnen wir ihr über Schwingung: durch die Stimme der Mutter, ihren Herzschlag, ihre Atmung und die Bewegungen ihres Körpers.
Das erste Wiegenlied ist der Klang der Mutter. Wir hören, bevor wir sprechen. Wir empfangen, bevor wir antworten. Wir stehen in Beziehung, bevor wir die Welt begrifflich erfassen können. Das macht das Hören zu etwas Ursprünglichem.
Wenn die Welt aus Klang hervorgegangen ist, dann ist es nur folgerichtig, dass auch unser erster Zugang zur Welt ein Hören ist.
Das Ohr nimmt Musik, Sprache und Geräusche in einer außerordentlichen Differenziertheit wahr. Sprache wird unmittelbar mit Bedeutung verbunden. Klang kann uns berühren, bevor unser Verstand überhaupt erklären kann, warum.
Hören heißt Schwingung wahrnehmen.
Vielleicht nehmen wir dabei nicht nur den Klang eines Menschen wahr, sondern etwas von der Schwingung, die ihm innewohnt. Menschen, die nicht über das Gehör hören können, erfahren Schwingung über ihren Körper. Der Körper selbst wird zum Resonanzraum.
Und es gibt noch ein anderes Hören: ***das innere Ohr***. Es hört unabhängig vom äußeren Sinnesorgan. Es kann etwas erfassen, das für das gewöhnliche Ohr nicht hörbar ist. Beethoven hörte seine Musik innerlich, bevor er sie aufgeschrieben hat. Die Komposition war zunächst in ihm vorhanden, bevor sie durch seine Hände in die Welt trat. Vielleicht ist das ein Hinweis darauf, dass Schöpfung immer zuerst im Unsichtbaren beginnt.

Klang und Schöpfung

Musikalische Schöpfungsgeschichten aus unterschiedlichen Traditionen haben etwas gemeinsam: Eine klangliche Äußerung wirkt auf ein Meer, ein Urwasser, eine ursprüngliche Tiefe ein – und aus dieser Verbindung entsteht Form.
Der Klang berührt das formlose Potenzial. Und das Potenzial antwortet. So könnte man Schöpfung als einen Dialog zwischen ***Schwingung und Möglichkeit*** verstehen.
Der Klang gibt eine Ordnung vor. Er trägt Information. Er gibt dem Ungeformten eine Richtung. Genau darin ist die schöpferische Kraft des Wortes verborgen.
Was wir aussprechen, geben wir in die Welt.
Was wir singen, lassen wir durch unseren Körper schwingen.
Was wir denken und fühlen, verändert unseren inneren Klangraum.
Und was wir mit Bewusstheit in die Welt geben, kann andere Menschen berühren.

Das Geheimnis der Sieben

Eine besondere Bedeutung scheint dabei die Zahl ***Sieben*** zu besitzen:
In gnostischen Überlieferungen wird von sieben Himmeln erzählt, von denen jeder einen Vokal erklingen lässt. Gemeinsam bilden diese Klänge eine vollkommene Lobpreisung, deren Klang auf die Erde getragen wird und dort zur Schöpfung wird.
Das Geheimnis der sieben Vokale und ihrer Kräfte erscheint dabei als ein Urbild schöpferischer Ordnung.
Auch in der Musik begegnen uns sieben Grundtöne, aus denen sich die klassischen Tonleitern bilden.
Die weißen Tasten des Klaviers bilden die abendländische diatonische Grundtonleiter, aus der sich unzählige musikalische Zusammenhänge entfalten.
Sieben Töne.
Sieben Vokale.
Sieben Himmel.
Und in der Chakrenlehre gibt es sieben Hauptchakren, die entlang der Körpermitte angeordnet und mit unterschiedlichen Qualitäten, Farben und Funktionen verbunden werden.
Ob wir diese Zusammenhänge nun spirituell, symbolisch oder musikalisch verstehen – die Sieben begegnet uns immer wieder als Bild einer vollständigen Ordnung. ***Sieben als Klangstruktur des Lebens.***

Der Mensch als Resonanzkörper

Auch unser eigener Körper ist ein Instrument. Wir sind Resonanzkörper. Unsere Stimme entsteht aus Atem, Körper, Bewegung und Schwingung. Jeder Mensch trägt einen eigenen Klang in sich. Und vielleicht beginnt ein tieferes Selbstverständnis dort, wo wir lernen, diesen eigenen Klang wahrzunehmen.
Das zeigt sich auch im Namen. Jeder Name ist aus Vokalen und Konsonanten zusammengesetzt. Sie bilden ein sprachliches Muster und werden immer wieder mit der eigenen Person verbunden. Wenn wir die Vokale unseres Namens bewusst singen, können wir eine neue Beziehung zu diesem Klang entwickeln. Nicht weil der Name uns vollständig festlegt, sondern weil wir erfahren können, wie Klang durch unseren eigenen Körper schwingt. Der Name wird vom Wort zur Erfahrung. Vom Begriff zur Resonanz. Vom äußeren Ruf zum inneren Hören.

Mit dem Herzen hören

Die Ohren sind wie zwei Teile eines Herzens. Erst wenn wir mit dem Herzen hören, beginnen wir wirklich in die Tiefe zu hören. Wir hören dann nicht nur die Worte eines Menschen, sondern auch seine Pausen, seine Unsicherheit, seine Freude, seine Trauer, seine unausgesprochenen Bewegungen.
Wir hören nicht nur den Klang. Wir hören die Bedeutung hinter dem Klang. Das gilt für unsere Sprache ebenso wie für unsere Ohren. Je mehr wir hören, desto differenzierter kann unser sprachlicher Ausdruck werden. Unsere Wahrnehmung verfeinert sich. Selbst andere Sinneswahrnehmungen können durch die Verbindung von Hören, Sprache und Vorstellungskraft beeinflusst werden.
Wirkliches Hören ist deshalb eine Form von Präsenz. Wenn wir bewahren wollen, was wesentlich ist, müssen wir hören. Nicht nur mit den Ohren. Mit unserem ganzen Körper. Mit unserer Aufmerksamkeit. Mit unserem Herzen. Präsenz bedeutet: Ich bin wirklich da und höre.



Klang als Beziehung

Die Wirkkraft des Klangs und der Musik war immer da. Doch zu allen Zeiten gab es Menschen, die ihre Tiefe erkannt haben. Schon die antike Philosophie verband Musik mit Ordnung, Harmonie, Gemeinschaft und dem menschlichen Wohlbefinden.
Musik wirkt auf den Menschen. Und der Mensch wirkt durch seine eigene Schwingung auf andere Menschen. Das lässt sich auch in der Berührung erfahren. Wenn wir mit unseren Händen einen anderen Menschen berühren, sind wir niemals nur körperlich anwesend. Unsere innere Haltung begleitet jede Berührung. Sind unsere Gedanken weit entfernt, ist auch unsere Berührung anders. Sind wir dagegen wirklich präsent, mit unserem eigenen inneren Klang verbunden, kann die Berührung eine andere Qualität bekommen.
Wie beim Musiker: Ein Musiker, der nicht aus seinem Innersten spielt, kann technisch vollkommen sein – und dennoch das Herz des Zuhörers nicht erreichen. Ein Musiker, der aus seinem Herzen spielt, lässt etwas durch sich hindurchströmen. Er spielt nicht nur Töne. Er wird zum Resonanzraum.
Ähnlich kann es in der Berührung sein: Wenn wir mit unserem eigenen Seelenklang verbunden sind, kann dieser Klang durch unseren Körper in die Begegnung mit einem anderen Menschen fließen. Vielleicht entsteht dadurch ein Raum, in dem der andere Mensch eine andere eigene Frequenz wiederfinden kann.

Musik als Ausdruck der Liebe

Musik ist ein Aspekt der Liebe. Und für die Liebe ist das Netz der Ratio vielleicht zu grobstofflich, um sie vollständig einzufangen. Wir können sie erfahren, ohne sie vollständig erklären zu können. Wir können einen Klang hören und tief bewegt sein, ohne zu wissen, warum. Wir können eine Stimme hören und uns erinnert fühlen. Wir können eine Melodie hören und plötzlich an einen Ort gelangen, den wir längst vergessen glaubten.
Wir können einen Menschen ansehen, seine Stimme hören und etwas erkennen, das kein rationaler Gedanke ausdrücken kann. Vielleicht liegt darin die Aufgabe unserer höheren Sinne: nicht nur Töne zu hören, sondern Bewusstsein in den Tönen wahrzunehmen.

Alles ist bereits da

Vielleicht wird Wissen nicht wirklich neu erschaffen. Vielleicht ist alles von Anbeginn an vorhanden – als Möglichkeit, als Potenzial, als Klang. Der Mensch empfängt und bringt es in eine Form, die seiner Zeit und seinen Umständen entspricht. So wie ein Musiker keine Musik aus dem Nichts erschafft, sondern einen Klang empfängt, ordnet und hörbar macht.
So wie ein Künstler eine Form sichtbar macht, die zuvor nur als Möglichkeit in ihm vorhanden war. So wie ein Wort etwas Unsichtbares in eine hörbare Gestalt bringt.

Alles ist bereits da.

Wir geben ihm Form.
Wir geben ihm Klang.
Wir geben ihm Ausdruck.
Und jede Form kann durch Klang erschaffen, bewahrt und verändert werden.

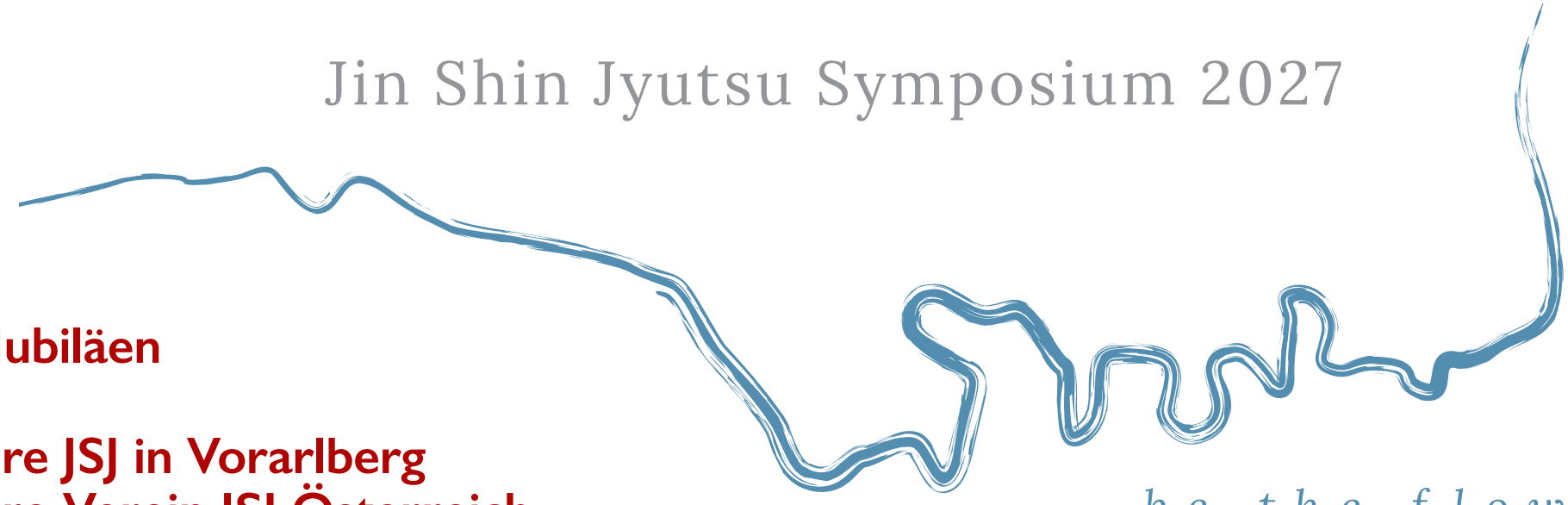
Deine eigene Schöpfung

Wenn Klang schöpferisch ist, stellt sich eine Frage: Welchen Klang gibst du in die Welt? Welche Worte sprichst du? Welche Gedanken lässt du schwingen? Welche Musik trägst du in dir? Welche Frequenz bringst du in deine Begegnungen? Und welchen Klang hört dein eigenes Herz? Vielleicht beginnt Schöpfung nicht erst dort, wo etwas sichtbar wird.
Vielleicht beginnt Schöpfung viel früher: im Lauschen. In der Stille. In der inneren Wahrnehmung. In dem Moment, in dem wir einen Klang empfangen, bevor wir ihn aussprechen. Möglicherweise ist das die tiefste Form des Hörens: nicht nur zu hören, was klingt, sondern zu erfahren, was durch den Klang werden möchte.
Denn wenn die Welt Klang ist, dann sind auch wir Klang. Wenn die Welt aus dem Wort hervorgegangen ist, dann tragen auch wir dieses schöpferische Wort in uns. Und wenn Schöpfung Musik ist, dann sind wir nicht nur Zuhörer dieser Musik. Wir sind Teil ihrer Komposition.
Wir sind Resonanz.
Wir sind Klang.
Wir sind Schwingung.
Und in jedem von uns wartet ein eigener Ton darauf, gehört und in die Welt gebracht zu werden und sich als Teil der EINHEIT zu erkennen. Bist du bereit, deine Einzigartigkeit zu leben und Dein Kunstwerk Mensch zu sein? ***Bist du bereit, deine Form zu erschaffen?***

**Im Griechischen gibt es 7 Vokale.*



Jin Shin Jyutsu Symposium 2027



Zwei Jubiläen

30 Jahre JSJ in Vorarlberg
20 Jahre Verein JSJ Österreich

Das Symposium in Dornbirn steht ganz im Zeichen dieser beiden Jubiläen, die wir gemeinsam gebührend feiern möchten. Ein festlicher Anlass, um zurückzublicken, Dankbarkeit zu spüren, Erreichtes zu würdigen und zugleich voller Zuversicht nach vorne zu schauen.

Neben inspirierenden Impulsvorträgen bietet das Symposium eine bunte Auswahl an Workshops.

Es wird auch Raum sein für Begegnung und Austausch – bei einem gemütlichen Drink und feinem 5-Elemente-Essen.

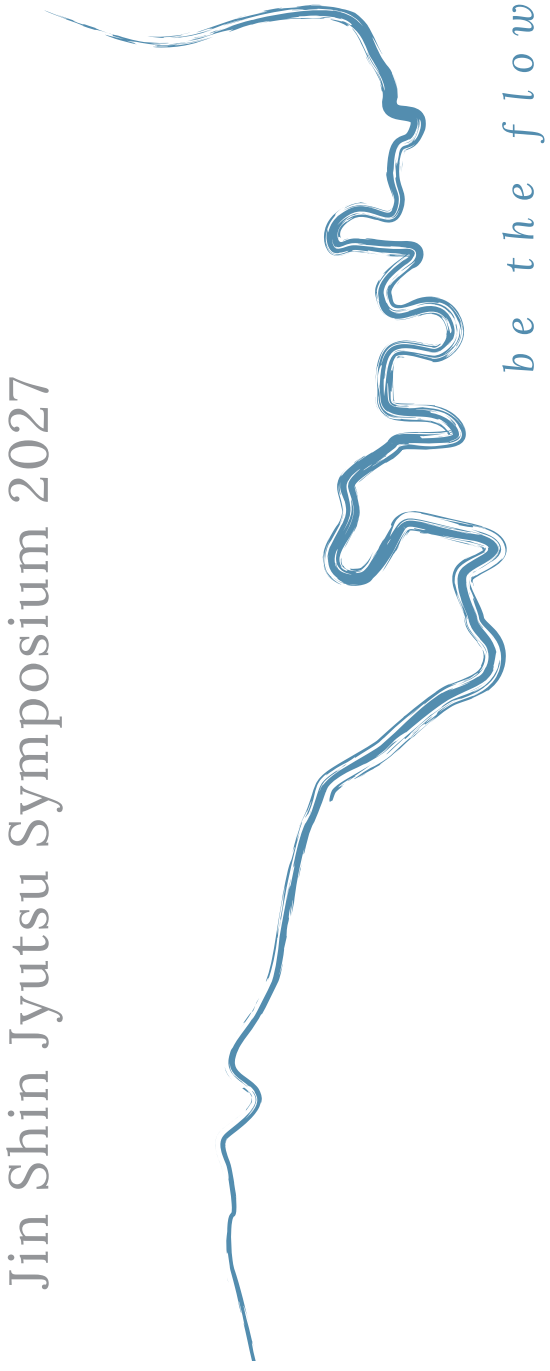
Im Rosengarten lädt ein Ausstellungsrundgang zum Staunen und Mitmachen ein.
An verschiedenen Büchertischen gibt es Neues und Inspirierendes zum Schmökern und mit nach Hause nehmen.

Eine Initiative des Vereins
Jin Shin Jyutsu Österreich.

Brigitte Rein
Hedi Zengerle
Monika Fiechter-Alber

www.jsj.at

Die Jubiläumsveranstaltung wird mit Musik und Gesang von
Uschi & Walter Hölbing aus Tirol umrahmt.



Jin Shin Jyutsu Symposium 2027

Termin

23. & 24. April 2027

Tagungsort

Pfarrheim St. Christoph
Rohrbach 37, A-6850 Dornbirn
Gut erreichbar mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Preise

Komplett-Paket * Frühbucher bis 31.12.2026	95 €
Komplett-Paket * ab 1.1.2027	120 €
nur Freitagsprogramm 23.4.2027	45 €

* beinhaltet 4 Vorträge, 2 Workshops,
Verköstigung am Freitag und am Samstag

Anmeldung & Infos

https://www.jsj.at/de/symposium-2027/
office.symposium2027@jsj.at

Unterstützt von:

Sanitätshaus Mayer SCHERER
Zusammen für mehr Gesundheit.

SPAR

REGIO RÖSTEREI

FAMILIEN BAUERN HOF
Kösz Scherfler
HÜNGEN

Freitag 23. April

16:00 Eintreffen im Pfarrzentrum St. Christoph
mit Apéro, Einchecken

16:30 Begrüßung

17:00 Vortrag
Susa Hagen | Salzburg
Pfarrer Dominik Toplek | Dornbirn
„Jin Shin Jyutsu und Gebetshaltungen in verschiedenen Kulturen“

18:15 Begegnung, Fingerfood & Getränke
Musik und Gesang

19:30 Lesung und Vortrag
Anke Isabell Martens-Merk | München

Autorin von
„Es liegt in meiner Hand. Wenn das Leben STOP sagt – und du neu beginnst“

21:00 Ausklang mit Musik und einem Glas Wein

Samstag 24. April

09:00 Ankommen mit Gebäck & Kaffee

09:30 Jubiläumsfeier
30 Jahre JSJ in Vorarberg
20 Jahre Verein JSJ Österreich

10:30 Vortrag
Matthias Roth | Hamburg
„be the flow"
Die zärtliche Einladung, eins mit der Bewegung zu werden, die das Leben selbst ist: Der Fluss ständigen Wandels, aus dem auch Heilung erst möglich wird.

11:30 Pause - Mittagessen

13:30 **Workshopserie 1** 45 min

(A) "Die Finger als Spiegel der Seele"
Mich selbst erkennen und mir helfen.
Mona Harris | Seeon

(B) "Schluss mit der Asche - her mit der Farbe!"
Frauengesundheit und Transformation in den Wechseljahren.
Elli Jürschik | Innsbruck

(C) "Neurodivergenz - nicht jedes Gehirn funktioniert gleich"
Anders denken. Anders fühlen.
Anders wahrnehmen.
Nicht falsch - einfach anders.
Martina Gächter | Walzenhausen

(D) "In guten Händen"
Achtsame Berührung für Wohlbefinden, Nähe und Geborgenheit. Für Menschen, die Pflege empfangen und Menschen, die Pflege schenken.
Ingrid Gabriel | Thüringen

(E) "Wenn das Leben außer Takt ist"
Loslassen und in die innere und äußere Balance kommen.
Eva Hackl | Wien

14:30 **Workshopserie 2** 45 min

(A) "Jin Shin Jyutsu und Notfallmedizin"
Dr. Michael Wirnsperger | Innsbruck

(B) "Vom Atem zur Stimme"
Stimme macht unsere Innenwelt hörbar.
Atem wird Schwingung, Schwingung wird Klang.
Eva Haidl | Salzburg

(C) "Meine Mitte – meine Kraft"
Gestärkt im Leben durch die Anbindung an die unerschöpfliche Quelle.
Andrea Brunner | Klösterle

(D) "Sonne für jeden Tag"
Das Sosein des Augenblicks:
Milzstrom und Johanniskraut, meine Favoriten.
Marlies Dünser | Reuthe

(E) "Aus dem Nähkästchen geplaudert"
Jin Shin Jyutsu - Spaß, oder doch eine ernste Angelegenheit
Helga Geggerle & Josef Schrott | Gestratz

15:30 Kaffeepause

16:30 Abschluss mit Dank & Verabschiedung

b e t h e f l o w

Jin Shin Jyutsu-Zentrum in Wien

Es klingt beinah zu schön, um wahr zu sein, ABER das erste gemeinschaftliche Jin Shin Jyutsu Zentrum in Wien könnte bald Wirklichkeit werden.

Von Elisabeth Birgmayer



Viele von uns haben die Vision, Jin Shin Jyutsu breiter bekannt zu machen und diese heilsame Kunst in den Alltag der Menschen zu bringen. Kürzlich startete die Initiative, ein erstes JSJ-Zentrum in Wien als Gemeinschaftsprojekt zu eröffnen und somit diese Vision ein Stück weit auf den Boden zu bringen.

Im Zusammenschluss von gewerblich praktizierenden JSJ-Praktiker:innen und Selbsthilfe-Lehrer:innen entsteht ein gemeinsam genützter Standort, an dem eine große Bandbreite an Jin Shin Jyutsu-Programmformaten (externe und interne) angeboten werden kann. Dabei ist das (anfangs kleine) Jin Shin Jyutsu-Zentrum als lebendiger und offener Ort gedacht, der sich wandeln, entwickeln und wachsen darf. Ganz so, wie es Jin Shin Jyutsu entspricht. Die Einmietung (in Teilzeit) in ein bereits bestehendes Gesundheitszentrum (ja, wir sind als Energetiker:innen willkommen!) im Herzen Wiens kann bereits in diesem Jahr bzw. Anfang 2027 erfolgen.
Partnerinnen und Partner sind eingeladen, sich, nach gemeinsamer Planung und zeitlicher Koordinierung, mit eigenem Programm bzw. mit gemeinsam organisierten Veranstaltungen regelmäßig einzubringen. Umfang und Form der Beteiligung werden gemeinsam festgehalten.
Durch das gestärkte Miteinander an einem gemeinsamen Standort, eingebettet in eine gut etablierte Gemeinschaftspraxis mit vollständiger Infrastruktur, entstehen vielfältige Möglichkeiten und Vorteile für alle Beteiligten: für uns Partner:innen eine große Erleichterung durch geteilte Kosten (u.a. für Miete, Marketing), vereinfachte Zusammenarbeit, die Spaß machen darf, fachlicher Austausch und gegenseitige Unterstützung, Flexibilität in der laufenden Organisation und weiters eine bessere Sichtbarkeit und Außenwirkung. Damit vergrößern wir die Bekanntheit und den Wirkkreis von Jin Shin Jyutsu, mit dem Ziel, die mühelose, allumfassende Kunst des Strömens vermehrt im Leben der Menschen zu verankern. Unsere Klientinnen und Klienten haben die Wahl aus einem breiteren Angebot und können sich an diesem Wohlfühlort als Teil einer größeren, unterstützenden Gemeinschaft fühlen. Nicht zuletzt kann mit dem Team des Gesundheitszentrums eine befruchtende Kooperation entstehen.
Durch die Teilnahme am aktuell laufenden, öffentlich wirksamen Projekt ***SheBoost (www.imgraetzl.at/sheboost)*** besteht zudem die Hoffnung auf finanzielle Unterstützung für ein kraftvolleres Jin Shin Jyutsu-Zentrum (mit einem eigenen Solidaritätstopf). Zeitnah zum Zentrumsstart startet dafür eine eigene Crowdfunding-Kampagne. Die Freude über jede Unterstützung, die diesem Herzensprojekt Flügel schenkt, ist groß.

Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne… so ergeht die Einladung an alle gewerblich tätigen Praktiker:innen aus Wien und aus den Bundesländern, die den Ruf spüren, an diesem zukunftsweisenden Gemeinschaftsprojekt mitzuwirken und sich weitere Infos wünschen:

Meldet euch bitte bei Elisabeth Birgmayer, die dieses Projekt organisiert.

Email: lebensmitte@posteo.at

Einheit ist der Schöpfer

KLANG – WORT – SCHÖPFUNG … Sei, es ist, ist: Bericht über einen Praktikertag voller Klang – und Stille – bei Doris Grellmann in Enns.

Von Gabriele Leopoldsberger

Unser gemeinsamer Tag stand ganz im Zeichen des Klangs. Jede Teilnehmerin setzte sich zunächst mit der eigenen Affirmation zum Thema Klang auseinander und teilte die ganz persönliche Bedeutung mit der Gruppe. Dabei entstand ein wunderbar vielfältiges Bild.
Es tauchten Worte auf wie »Schwingung«, »Resonanz«, »Berührung« und »Emotion«. ***»Der Ton macht die Musik«*** bekam eine ganz neue Bedeutung. Wir beschäftigten uns mit dem Unterschied zwischen dem »äußeren Klang« und dem »inneren Klang« und stellten fest: Klang ist Leben.
In einer kleinen, lebendigen Diskussionsrunde gingen wir noch tiefer. Gedanken wurden miteinander verbunden, ergänzt und weitergetragen. Am Ende entstand für uns ein gemeinsames Bild:
KLANG ist SCHWINGUNG
SCHWINGUNG ist ENERGIE
ENERGIE ist ALLES.
So kamen wir schließlich zu unserer gemeinsamen Betrachtung: Klang ist ein Ausdruck des Lichts der 7. Tiefe. Dieser Gedanke begleitete uns durch den weiteren Tag.
Nach einem reichhaltigen Mittagessen durfte dann auch unser Körper in diesen Ausdruck eintauchen. Beim gegenseitigen Finger-Zehen-Strom konnten wir uns verwöhnen, entspannen und die Energie wieder frei fließen lassen.
Es war – wie so oft in unserer gemeinsamen Praxis – schön, kraftvoll und voller Energie. Ein Tag des Austausches, des Berührens und des gemeinsamen Erlebens. Und dann war da noch ein wichtiger Gedanke: Auch die Stille hat einen ausdrucksvollen Klang. Denn manchmal braucht es genau das NICHTS, die Stille, den Raum dazwischen, damit etwas Neues entstehen kann. Erst wenn es still wird, können wir wieder wahrnehmen. Erst wenn Raum entsteht, kann neue Energie ins Fließen kommen.
Vielleicht ist genau das die Verbindung: ***Klang – Schwingung – Energie – Stille***.
Alles ist miteinander verbunden. ❧





Eine fließende, verwickelte Form

Mitte Oktober bot Iole Lebensztajn einen dreitägigen Mentoring-Kurs bei den Barmherzigen Schwestern in Hall in Tirol an.

Von Stefanie Holzer

Wenn Lehrer von weit her anreisen, bietet es sich an, dass sie gleich mehre Formate an einem Ort anbieten. So geschah das heuer im Herbst auch in Hall in Tirol, wo Iole Lebensztajn aus Sao Paulo einen 5-Tage-Kurs abhielt, der in meinem Umfeld übrigens begeisterte Reaktionen hervorgerufen hatte. Da ich den 5-Tage-Kurs bei ihr schon einmal vor (zehn?) Jahren absolviert hatte, wollte ich lieber (trotz des atemberaubend stolzen Preises) die dreitägige Mentoring-Klasse besuchen. Denn ganz »auslassen« wollte ich diese charmante Lehrerin aus Brasilien auch nicht.
So ein Mentoring-Kurs ist so gut wie der Mentor und die Mentees sind. Ioles Kompetenz, das weiß jeder, steht außer Zweifel. Und wir, die Teilnehmer, waren eine gemischte Gruppe mit ein paar »alten Hasen« mit mehr als 35 Jahren Strömerfahrung, engagierten»Jungspunden« mit dreieinhalb Jahren Praxis und dann noch alle möglichen Zwischenformen.
Als inhaltliches Gerüst für diese Mentoring-Klasse verwendete Iole Lebensztajn die drei Korrekturmethoden und den Ermüdungsstrom. Das war zugleich unser Strömprogramm. Am Vormittag wurde »korrigiert« und am Nachmittag der »Ermüdung« Paroli geboten. Jeder der drei Methoden war ein Tag gewidmet. Bei der Vertiefung dieser Ströme wurde allerhand 5-Tage-Kurs-Material wiederholt, verdeutlicht und mit Querverbindungen nach hier und nach dort versehen. Diese Verbindungen machen immer wieder deutlich, dass einerseits wir alle wirklich eins sind und dass andererseits alles mit allem verbunden ist. Bildlich gesprochen sieht dieser Erkenntniszustand am ehesten wie ein etwas hektisch aufgewickeltes Wollknäuel aus. Wenn man ein paar Kurse besucht, die ein paar der obengenannten Querverbindungen herstellen, sieht man mit der Zeit ein paar Fadenenden aus dem Knäuel ragen, die man dann selber langsam wieder zu einem eigenen Knäuel aufrollen kann, bis man am Urknäuel ansteht – und den nächsten Kurs besuchen will…
Natürlich ging es auch noch um unser Handwerkszeug: das Pulsen, das Körperlesen und das Strömen. Zwischen diesen Pfeilern hatten alle Fragen Platz, die wir Teilnehmer uns einfallen ließen, damit die Verständnis-Knäuel wachsen konnten.
PS Für alle, die sich schon immer gefragt haben, woher denn der Name Iole käme: Das ist eine Kurzform von Iolanda oder Violet/Veilchen.





G U F L = 7 + 21 + 6 + 12 = 19 – noch Fragen?

Stell dir vor es ist Sommer und du hast 5 Tage Urlaub. Das Wetter ist traumhaft, es zieht dich in die Berge. Du hast das große Los gezogen und einen Platz auf der Gufl ergattert. Du genießt das wohlige Gefühl der Vorfreude, denn du kommst nicht zum ersten Mal. Vieles ist dir mittlerweile vertraut und doch ist es jedes Jahr aufregend, neu und anders.

Von Magdalena Weiss

Am Freitagnachmittag kommst du also in Tirol an und sogleich fliegen dir 19 Frauen und 1 Mann (!) aus 5 Ländern regelrecht in die Arme. Es ist einfach herrlich! Auch Gregor, der Hausherr, empfängt die wuselige Truppe sichtlich erfreut mit offenen Armen und liebevollen Köstlichkeiten. Im Nu erweckt ein fröhliches Durcheinander verschiedenster Dialekte das Haus zum Leben.
Es herrscht eine wunderbare, wohlige Atmosphäre und dir geht's richtig gut, trotzdem fühlst du dich noch ein wenig »zugeknöpft«. Kein Wunder, die vergangenen Monate haben dir viel abverlangt. Am späten Nachmittag kommt die Gruppe zum ersten Strömen zusammen und diese einzigartig-magische »Ström-Stille« erfüllt den Raum. Insgesamt kommst du während dieser Tage 10mal in diesen besonderen Genuss. Zwischen den täglichen Fixpunkten Meditieren, Strömen, Essen und Essen, Strömen, Essen, lädt die freie Zeit am Samstag zur Wanderung Richtung Rinner-Alm ein.
Der Sonntag lockt bei strahlend blauem Himmel den Großteil der Teilnehmer auf den Glungezer. Einige stürmen die Gipfel, du bevorzugst die etwas gemütlichere Variante und schließt dich der Zirbenweg-Wandergruppe an. Vor der kleinen Kapelle am Beginn des Zirbenwegs gibt es fast schon traditionell einen »Jodel-Stopp«. Es ist ein traumhaft herrlicher Tag und du bist immer mehr im Hier und Jetzt. Du freust dich aus tiefstem Herzen und jodelst so gut du kannst mit deiner »bunten Gufl-Gruppe« einen »Alperer« ins Tal. (Warum danach keine Wanderer mehr da waren, konnte leider nicht geklärt werden)
Am Tag darauf, es ist bereits die 6. Strömeinheit, stimmst du dich wie jeden Morgen zuerst bei der Gruppenmeditation auf deinen Tag ein, heißt ihn willkommen mit allem, was er dir bringen mag. Du fühlst in dich hinein und nimmst eine deutliche Veränderung wahr. In diesen wenigen Tagen bist du weich, ruhig und entspannt geworden. Du strömst in deiner 3er Gruppe als dir plötzlich eine Träne über das Gesicht läuft und du spürst, wie sich die Knöpfe deiner imaginären Bluse lösen. Dein Atem erfüllt dich komplett. Der Spaziergang ins Voldertal und der ausgelassene Sing- und Tanzabend machen den Tag unvergessen.
Du bist im Glück, tiefe Dankbarkeit und Freude bahnen sich ihren Weg. Schon kommt das nächste Highlight. Gregor lädt zum Waldbaden ein. Barfuß, teils mit geschlossenen Augen schlenderst du mit deiner »Gufl-Familie« durch den Wald und fühlst: Dich, den weichen Boden, die Sonne, das Leben. All deine Sinne sind geschärft

– DU BIST DA.

»Liebe ist alles, was unser Leben steigert, erweitert, bereichert.«

Bettina von Arnim (1785–1859)

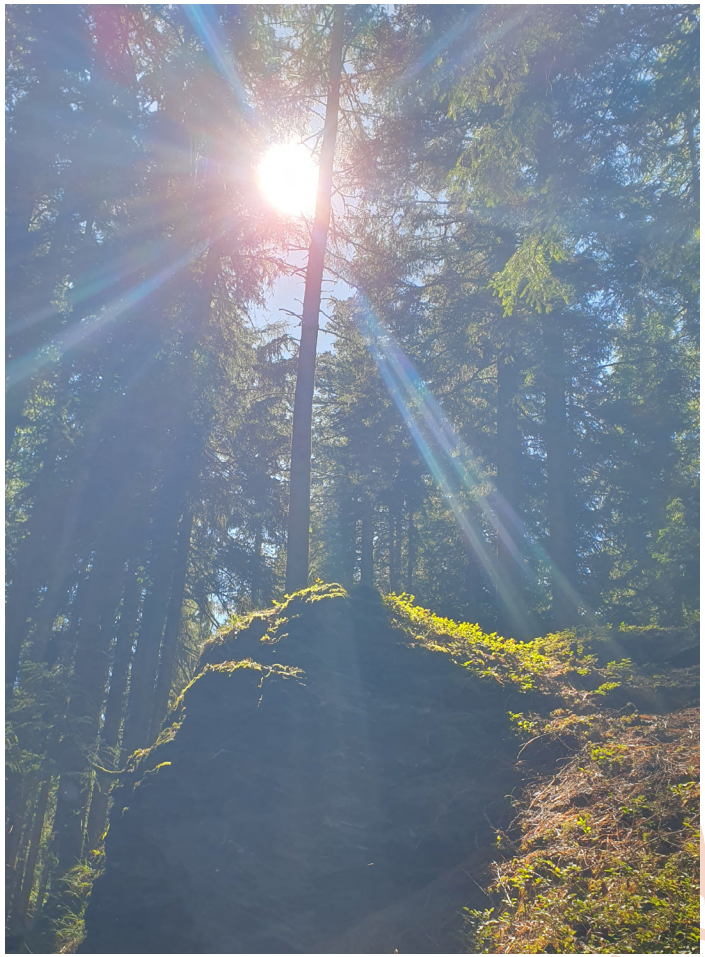








Zweimal kommt ihr jetzt noch zum Strömen zusammen, und es gibt Momente, da hast du das Gefühl, als würde dein Strömteam mit dir zu einer Einheit verschmelzen. Am letzten gemeinsamen »Gufl-Abend« sitzt du nun mit der dir so liebevoll vertraut gewordenen Gruppe im Kreis, und ihr strahlt um die Wette. Gut genährt in jeglicher Hinsicht, dankbar und glücklich spürt ihr den Tagen nach.
Eure Schilderungen und Eindrücke dieser intensiven Zeit reihen sich aneinander wie Perlen auf einer Kette. Mit Gregor und seinem Team, euren Verwöhn- und Gourmetperlen und Monika und Elli euren „diamantbesetzten Schließen« ist ein zauberhaftes Schmuckstück entstanden.
Am Abreisetag blickst du jeder und jedem einzelnen in die Augen und siehst so unfassbar viel mehr als »nur« dein liebes Gegenüber, du lächelst und freust dich zutiefst: da ist sie wieder, die »Magie der Gufl«. Unweigerlich kommst du zu dem Schluss: Du liebst sie, die Gufl 😉
Und ich, ich lieb sie auch. 🐓



»DANKE euch allen und ganz besonders DANKE an Monika und Elli! Ihr seid fantastisch!«

Die Dreieinigkeitsströme spiralisieren die/in die Tiefen

Susa Hagen präsentierte einer begeisterten Teilnehmerschar in einem Themenkurs vom 30. Oktober bis zum 1. November 2026 in Wien »Das Konzept der Tiefen«.

Von Ursula Salomon

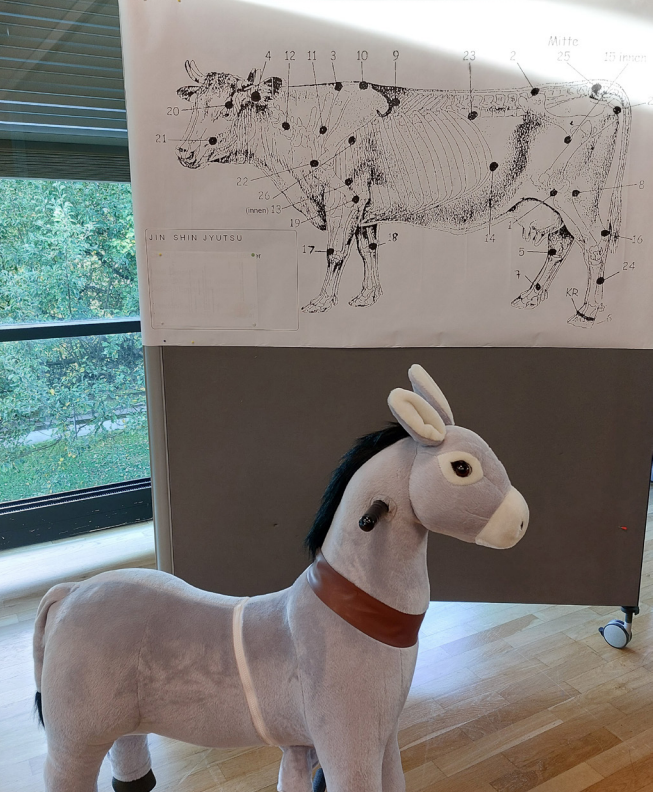
Drei intensive JSJ-Tage, in denen ich viele neue Erkenntnisse und Einblicke gewinnen konnte: JSJ ist eine kosmische Kunst, sagt Mary Burmeister – für mich ist JSJ auch ein Weg, der zu meiner persönlichen Entwicklung beiträgt. Wie es so ist auf einem Weg: Es gibt immer wieder neue Blickwinkel, neue Horizonte zu entdecken, neue Tiefen zu erforschen 😉 und »noch nie gehörte Aspekte« wahrzunehmen.
Wir waren eine feine, kleine Gruppe JSJ-Begeisterter, die sich in diesen drei Tagen zusammengefunden hatte. Und egal, ob jemand schon 26 Jahre JSJ praktiziert oder letztes Jahr seinen ersten 5-Tage-Kurs absolviert hatte, es gab für jede für uns »Ah-Momente!« – »Jetzt wird mir das klar!« – »So habe ich das noch nicht gesehen!«
Susa verstand es wunderbar, uns die Komplexität der Tiefen über den Verstand (Geist), den Körper (Strömen) und Gefühle (ihr lebendiger Vortrag und ihre Authentizität) näherzubringen, auch mit anschaulichen Mitteln: Jetzt ist der Apfel der Erkenntnis bunt geworden!
JSJ ist auch eine Lebenshaltung, das erlebe ich an diesen Kurstagen immer wieder sehr deutlich im Miteinander-Sein, im Miteinander-Tun, in der Verbundenheit. Großes Danke an Barbara und Verena, an Susa und alle Teilnehmerinnen dieser Gruppe! Ich freue mich auf viele neue Erfahrungen in der Umsetzung und ich freue mich heute schon auf den nächsten Kurs.



»Die schöpferische Kraft dieses gesamten Universums liegt in jedem von uns verborgen. Erkenne SIE, SEI SIE und SEI das LÄCHELN – Ich bin der Stern.«

Mary Burmeister (1918 – 2008) in Buch 3







Tierische Strömkundschaft

In der Dornbirner »Strömwerkstatt« hielt Cornelia Nutt einen eindrucksvollen Vortrag zum Thema Strömen von Tieren.

Von Ursula Feuerstein

Die JSJ-Praktikerin für Mensch & Tier aus Lichtenstein, Cornelia Nutt berichtete in der Strömwerkstatt im September mit Begeisterung von ihren langjährigen Strömerfahrungen mit Pferden, Eseln, Hunden und auch einer Krähe und zog uns damit völlig in ihren Bann.

Wie wir auf Tiere mit besonderer ACHTSAMKEIT in ihrer vertrauten Umgebung zugehen, sie kennenlernen, wie sie uns davonlaufen und doch wiederkommen, um das Strömen einzufordern – davon handelte ihr Vortrag. Cornelia erzählte von austherapierten, traumatisierten, inkontinenten Tieren, die mit Kurzgriffen – den sogenannten Ankerschritten – oder mit dem Pfotenstrom – wieder freudig, gut gelaunt, schwanzwedelnd und wiehernd ausgeglichen und glücklich wurden. Und wie wir Strömenden immer wieder daraus lernen und für dieses Wissen dankbar sind.

Nach ihren anschaulichen, praxisbezogenen Worten, Bildern und Beispielen an einem Stoffesel konnte jeder noch seine Fragen stellen. Dann hatten wir Pause, um uns mit Kaffee und Kuchen zu stärken. Danach strömten wir uns noch gegenseitig. Es war ein toller, lehrreicher, feiner, interessanter, persönlicher, rundum stimmiger Vormittag in der Strömwerkstatt.



Ström-werkstatt

… und es geht weiter mit der Strömwerkstatt in Dornbirn!

Das sind die weiteren Termine:

2026: 15. November
2027: 15. Januar
20. Februar
19. März
23. Mai

Infos und Anmeldung: https://www.jsj.at/de/kurse-veranstaltungen/jsj-fuer-mich/praxisgruppen/

Einen Tag nach der aktuellen Strömwerkstatt ist die nächste Anmeldemöglichkeit freigeschaltet.

Inoffizielles Orga-Treffen auf der Alm



Anfang August kam es zu einem ungeplanten und deswegen umso freudvolleren Treffen auf der Alm. Von rechts: die (ehem.) Organisatorinnen Manuela aus OÖ, Eva aus Wien, Ingrid aus der Steiermark und Hedi aus Vorarlberg. Schön war's!!!

SAVE THE DATE:

Eine einzigartige Feier am 18. September 2027 in Gnadenwald

30 Jahre Jin Shin Jyutsu in Tirol
20 Jahre Jin Shin Jyutsu Verein Österreich

mit unseren Jin Shin Jyutsu-Freunden aus Ost- und Südtirol.

Uns Ein-Stimmen

Uschi und Walter Hölbling werden mit uns mehrstimmige Lieder aus unterschiedlichen Kulturen erarbeiten und gemeinsam singen. Lieder, die unsere Gemeinschaft - und unsere Ressourcen stärken.
Dazwischen wird uns Susa in die stille Praxis der "Finger-Mudras" begleiten.
Im Jin Shin Jyutsu sind sie eine sehr kraftvolle Selbsthilfe, um unsere "erschöpften Batterien" wieder aufzuladen.

Gemeinsames Singen & Strömen im Advent

Wann	Sa, 12.12.	10.00 - 13.00 h & 15.00 - 18.00 h
		(Kaffee-/Teepause, Mittags Gemüsesuppe)
	So, 13.12.	9.30 h - 14.00 h
		(Kaffee-/Teepause)
Kursort	Georg-Nikolaus-von Nissenstraße 7, 5020 Salzburg	
Kosten	€ 220,-	



ist Ergotherapeutin, Jin Shin Jyutsu Praktikerin & Selbsthilfelehrerin, Klangcode-Therapeutin & arbeitet in eigener Praxis in Rum/ Tirol. Sie ist Sängerin & Mitglied der Dialektgruppe "Findling" sowie der Gruppe "Einklang".

ist Jin Shin Jyutsu-Praktikerin, unterrichtet Selbsthilfekurse/ Studiengruppen und ist autorisierte Lehrerin von Jin Shin Jyutsu *Spirit*Mind*Body.
Susa lebt in Salzburg und praktiziert Jin Shin Jyutsu über 30 Jahre.



ist Journalist und Liedermacher. Er schreibt Lieder in Tiroler Mundart und leitet die Tiroler Dialektgruppe Findling. Gemeinsam mit seiner Frau Uschi singt er auch Mantren und Kraftlieder.



Anmeldung:
jsj.at >Kurse >Sonstiges

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse nötig, bitte bequeme Kleidung und Socken mitnehmen.
Bitte Kekse und Kuchen mitbringen ... wer mag und kann :)

Jin Shin Jyutsu

Für den Inhalt verantwortlich
Jin Shin Jyutsu Österreich,
Verein zur Bewahrung, Verbreitung
und Ausübung der Kunst des
Jin Shin Jyutsu

Vereinsleitung
Monika Fiechter-Alber,
6065 Thaur/Tirol
monika.fiechter-alber@jsj.at
ZVR-Nr. 876777379

Redaktion & Layout
Stefanie Holzer, Angelika Klug

Redaktionschluss
für die nächste Ausgabe
15. Februar 2027

Kurse & Weiterbildungen 2027

JIN SHIN JYUTSU
SPIRIT • MIND • BODY

Diese Kurse werden von Jin Shin Jyutsu Spirit-Mind-Body (JSJSMB) angeboten.

Vorweg: Alle Organisatorinnen sind froh, wenn Ihr euch über die Homepage anmeldet. Ein Blick auf die Homepage sei allerdings auch deshalb empfohlen, als dort inspirierende Texte, sprich genauere Beschreibungen, zu manch einem Kurs nachzulesen sind.

TIROL
5.–7. Februar 2027
Biographieforschung in JSJ
mit Petra Elmendorff in Hall in Tirol

Anmeldung: Barbara Unterberger,
barbara.unterberger@jsj.at,
+43 (0)664 5433037
Mag. Ulrike Arnold,
ulrike.arnold@jsj.at,
+43 (0)699 1660200



NIEDERÖSTERREICH
12.–14. März 2027
JSJ von der Schwangerschaft bis zur Pubertät
mit Susa Hagen in Reichenau a. d. Rax
Anmeldung: Elisabeth Haberhauer,
elisabeth.haberhauer@jsj.at, +43 (0)660 1580770



STEIERMARK
23.–27. Juni 2027
5-Tage-Kurs
mit Susa Hagen in St. Ruprecht a. d. Raab
Anmeldung: Barbara Gastager,
barbara.gastager@jsj.at, +43 (0)664 4520105
Ingrid Kogler, ingrid.kogler@jsj.at,
+43 (0)650 8771000

SALZBURG
3.–7. September 2027
5-Tage-Kurs
mit Susan Schwartz in Salzburg-Maxglan
Anmeldung: Christine Scharfetter, christine.
scharfetter@jsj.at, +43 (0)660/5334435
Eva Haidl, eva.haidl@jsj.at, +43 (0)699 81891349



WIEN
28. Oktober–1. November 2027
5-Tage-Kurs
mit Mona Harris in Wien
Anmeldung: Barbara Konder,
barbara.konder@pervitam.at, +43 (0)650 3288158
Verena Hirschböck, verena.hirschboeck@jsj.at,
+43 (0)664 2451855



Specials vom Verein JSJ Österreich

SALZBURG
12.–13. Dezember 2026
Uns Ein-Stimmen – gemeinsames Singen und Strömen im Advent
mit Uschi und Walter Hölbling und Susa Hagen
Anmeldung: via Homepage

STEIERMARK
21.–24. Februar 2027
Strömen und Schneeschuhwandern
mit Manuela Apuchtin und Doris Grellmann auf der Turnaueralm (Steiermark)
Nötige Vorkenntnisse: mindestens drei 5-Tage-Kurse.
Anmeldung: Manuela Apuchtin, manuela.apuchtin@jsj.at, +43(0)664/1270 676; Doris Grellmann, doris.grellmann@jsj.at, +43(0)676/3110297

SALZBURG
1.–2. Mai 2027
Strömend pflegen – Pflegend strömen
mit Barbara Gastager in Salzburg - Maxglan
Anmeldung: Barbara Gastager, barbara.gastager@jsj.at, +43 (0)664 4520105
Ingrid Kogler, ingrid.kogler@jsj.at, +43 (0)650 8771000

Diese Kurse werden von einem Dozenten außerhalb von Mary-Burmeister-Spirit-Mind-Body angeboten:

OBERÖSTERREICH
14.–18. April 2027
Basistraining Modul 2
mit Matthias Roth in Enns
Anmeldung: Doris Grellmann, doris.grellmann@jsj.at, +43 (0)676 3110297



Ein herzliches Dankeschön an alle, die unsere Redaktion mit Beiträgen und Ideen für diesen Newsletter unterstützt haben.

Viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe!