



Jin Shin Jyutsu

# JIN SHIN JYUTSU

Edition 54 / Mai 2024 [www.jsj.at](http://www.jsj.at) Herausgeber: Verein Jin Shin Jyutsu Österreich

## Aus dem Inhalt

Und alles wandelt sich. Entwicklungen in der Lehrerschaft von Jin Shin Jyutsu 2  
*Seminar »Strömend pflegen« mit Barbara Gastager in Tirol* 2

In allen Lebenslagen. Eine Geschichte vom Leben und Sterben – mit Jin Shin Jyutsu als wertvollem Begleiter 3

*»Biste drinn oder druff?« Bewegtes Sein – die Energieschlösser von innen kennen.* 5  
Mein Praktiker-Sein. 5

*»Nerven oder Faszien.« Anita Willoughby hielt einen Themenkurs über*

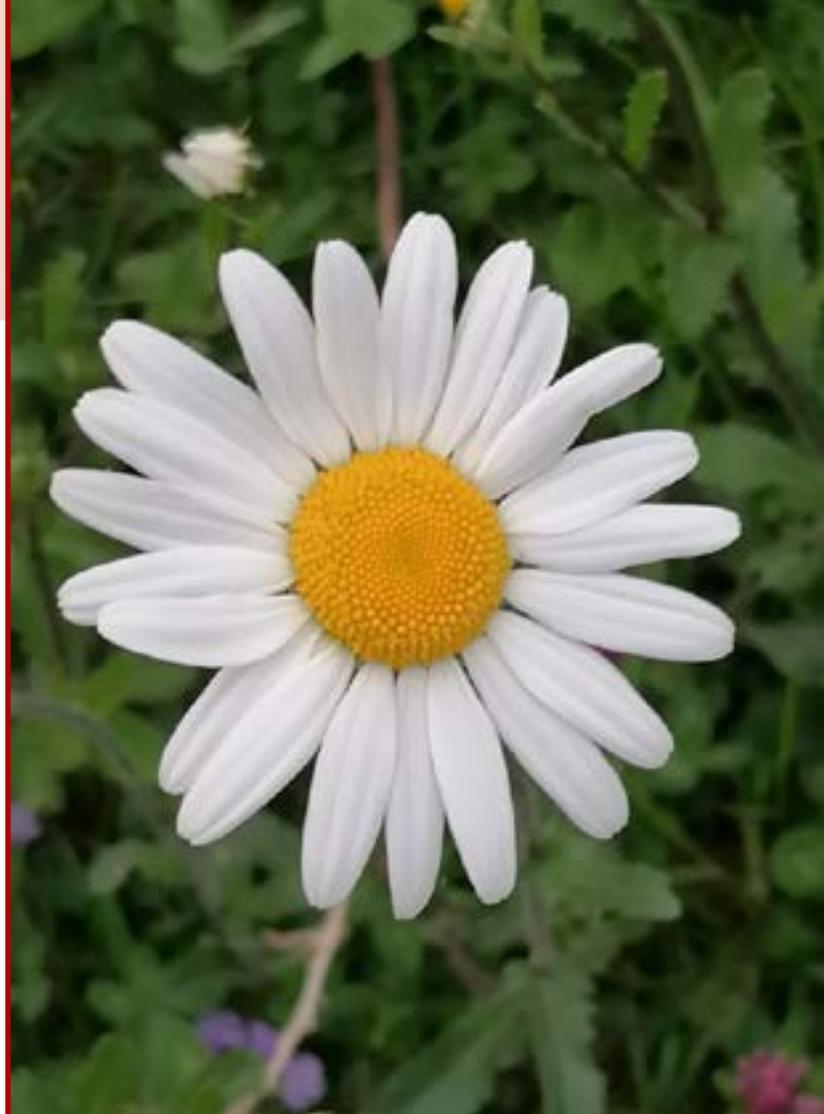
*»Die Entdeckung unseres versteckten Leuchtens – zentrales und peripheres Nervensystem erforschen.«* 6

Organisatoren- und Vorstandstreffen in Gmunden 8

*»Eher was für Hausfrauen!« Ein Gespräch mit Ernst Kronawetter, JSJ-Praktiker und langjähriger Organisator in Niederösterreich* 9

Erhellend und erleichternd. Nachklang zum Themenkurs mit Martina Six: Die kraftvollen Ströme »Umkehrung und Zunahme der Tiefen« 12

*Vorschau* 15



»Manche verbringen ihr ganzes Leben damit, sich auf das Leben vorzubereiten; lasst uns im Augenblick sein.«

In der JSJ-Lehrer-Landschaft ist in den letzten Jahren viel in Bewegung gekommen und hat sich verändert. Deshalb möchten wir hier eine kleine Orientierungshilfe geben.

David Burmeister ist in Pension gegangen, das Office in Scottsdale wurde verkauft und aus – uns über all die Jahre bekannten – Jin Shin Jyutsu Inc. entstand eine neue Organisation: Jin Shin Jyutsu Spirit Mind Body, kurz JSJSMB. Die dazugehörenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten mit den autorisierten Originalmaterialien von Mary Burmeister und unterrichten in bewährter Form in 5-Tage-Kursen, Themenkursen und einigen Spezialkursen. Zu dieser unmittelbaren Nachfolgeorganisation von JSJ Inc. gehören 18 Lehrerinnen und Lehrer: Chus Arias, Cynthia Broshi, Petra Elmendorff, Sara Harper, Mona Harris, Jennifer Holmes, Iole Lebensztajn,



## Und alles wandelt sich – Entwicklungen in der Lehrerschaft von Jin Shin Jyutsu Von Monika Fiechter-Alber und Barbara Konder

Nathalie Max, Kelly Mount, Jill Pasquinnelli, Susie Plettner, Waltraud Riegger-Krause, Jed Schwartz, Susan Schwartz, Martina Six, Margareth Umeoka Serra, Anita Willoughby. Für Interessierte hier der Link zur Homepage: <https://jinshinjyutsuspiritmindbody.com/>

Alle anderen JSJ-Lehrerinnen und JSJ-Lehrer, die ebenfalls von Mary Burmeister bzw. deren Lehrerschaft ausgebildet und anerkannt wurden und bis vor kurzem oder längerem zu Jin Shin Jyutsu Inc. gehörten, gehen neue eigene Wege, haben meist neue Organisationen gegründet und haben eigene Kursformate entwickelt. Zu

ihnen gehören:

Matthias Roth. Er bietet bereits seit einigen Jahren – wie wahrscheinlich bekannt – Kurse in neuen Formaten an. Nähere Informationen sind unter: <https://matthiasjsj.de/de/startseite/> zu finden.

Relativ neu oder sehr neu sind die Organisationen:

Jin Shin Guild von Wayne Hackett und Carlos Guterres. Der Link zu ihrer Homepage: <https://jinshinguild.org/>

Jin Shin Jyutsu Formation mit Maria Miniello, Majella Delaney, Sadaki Kato, Philomena Dooley. Informationen finden sich unter: <https://jsjmaria.online/product/jin-shin-jyutsu-formation>

Carlyse Smyth bietet Kurse im englischsprachigen Raum an.

Alle diese Lehrerinnen und Lehrer stehen für Qualität und sind der Physio Philosophie des JSJ verbunden. Sie werden von JSJ-Österreich zu Kursen und zu „Austria is calling“ eingeladen. ✨

## »Strömend pflegen« Seminar mit Barbara Gastager in Tirol

Termin: 5./6. Oktober 2024

Referentin: Barbara Gastager, DGKP und JSJ Praktikerin sowie JSJ Selbsthilfe-Lehrerin

Organisation: Barbara Unterberger, barbara.unterberger@jsj.at,

0664/5433037 und Monika Fiechter-Alber, monika.fiechter-alber@jsj.at, 0676/4240290

Online-Anmeldung und weitere Infos unter:

[www.jsj.at/de/termine/specials/](http://www.jsj.at/de/termine/specials/)



## Vereinstag



am Sonntag,  
22. September 2024  
in Innsbruck

Thema: Jin Shin Jyutsu in akuten Situationen  
mit Hedi Zengerle,

JSJ-Praktikerin und -Selbsthilfelehrerin,

# In allen Lebenslagen

## Eine Geschichte vom Leben und Sterben – mit Jin Shin Jyutsu als wertvollem Begleiter. Von Elli Jürschik



Mit 23 Jahren ist mir zum ersten Mal das Strömen begegnet, und seither hat mich die Physio-Philosophie samt Studium und Anwendung durch mein Leben begleitet: Heuer werden es ganze 26 Jahre! Jin Shin Jyutsu ist meine tägliche Praxis – mein

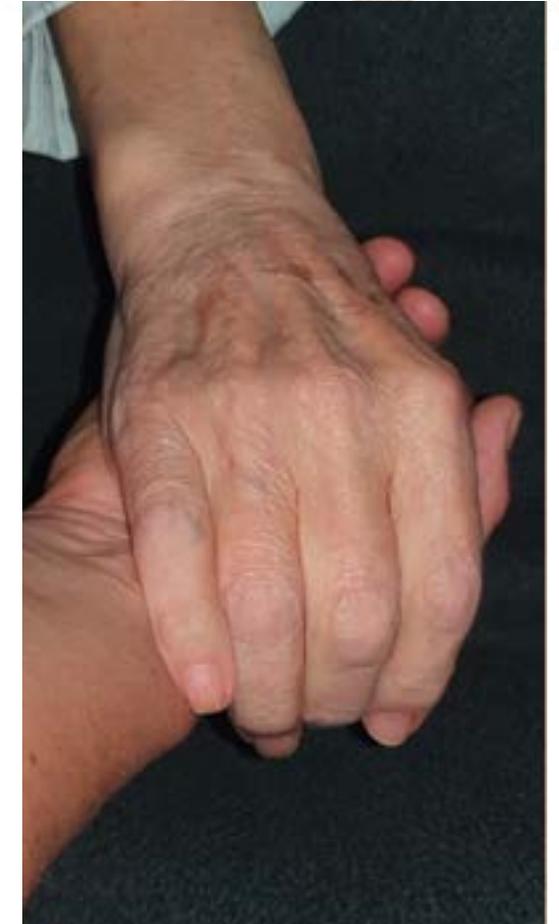
*Check In* mit mir selbst, meine Körper- und Energiemeditation, mein Energizer und Harmonizer, meine Gesundheitsprävention und mittlerweile auch mein Beruf. Das Strömen begleitet mich in allen Lebenslagen – egal „ob es regnet oder schneit oder auch Schönwetter bleibt“. So auch heuer im Frühjahr 2024 – da hatte sich nämlich unser Vater nach 81 schönen und herausfordernden Lebensjahren entschieden, dass es nun an der Zeit sei zu sterben – ganz der Widder, der er war, setzte er seine Entscheidung konsequent um, ging nicht mehr Einkaufen und zog sich ganz vom Leben zurück. Für uns Töchter war es wichtig, dass wir ihn die letzten Tage zu Hause begleiten durften – nach einigen Gesprächen erlaubte er uns das auch. Mit unserem Hausarzt, der gottseidank eine Palliativausbildung hat, legten mein Vater und ich den Palliativplan fest: Mit Trinken und kleinen Snacks, wenn gewünscht, und Pflege und Schmerzmittelgaben bei Bedarf war Papa einverstanden, mit Infusionen und anderen lebensverlängernden Maßnahmen nicht – so wussten

Pflegekräfte und anderes medizinische Personal über Papas Wünsche klar Bescheid. Die ersten Tage waren wir mit Organisieren, mit Eingewöhnen in den Pflegealltag und Wohnung-Saubermachen beschäftigt – und die Unterstützung von außen musste auch integriert werden: Das Pflegebett vom Roten Kreuz war am Tag nach der telefonischen Bestellung da – fachkundig aufgebaut von zwei freundlichen Mitarbeitern, die auch unseren Vater wertschätzend begrüßten. Und das Bett war ein MUSS – die Aufrichtung im Bett tat Papas Atemfluss gut und brachte uns Pflegenden eine wohltuende Rückenschonung.

In allen anderen Fragen durften wir uns an Papas Hausarzt und zusätzlich telefonisch an das Mobile Hospiz Team Hall wenden, das uns trotz extremer Überlastung mit fachkundigem Rat zur Seite stand und uns immer sein freundliches Ohr lieh – egal welche Mitarbeiterin gerade am Apparat war.

Über einen Freund bekamen wir Kontakt zu einer Vermittlerorganisation für eine 24-Stunden-Pflegehilfe – der Leiter und

auch der Diplompfleger, der für die Vor-Ort-Gespräche und die Einschulungen zuständig ist, waren auch hier sehr freundlich, kompetent und hilfreich. Und nicht zuletzt mein Mann und unser ganzer Freundeskreis standen uns mit Rat und Tat zur Seite und hielten uns den Rücken



frei, dass wir uns voll der Pflege widmen konnten. An dieser Stelle sei allen nochmals gedankt für die große Unterstützung. Ohne Euch hätten wir diese Phase nicht so gut „schupfen“ können!  
Und was habe ich in den Tagen geströmt? Tja – geströmt habe ich in den ersten Tagen hauptsächlich mich selbst beim Einschlafen und Aufwachen, untertags hielt ich immer wieder kurz inne und achtete

»Wohin gehen wir?  
Immer nach Hause.«

Novalis

auf das Fließen meines Atems, um mich zu harmonisieren.

Und dann – so am dritten oder vierten Tag – waren Pflege, Aufbetten und die meisten Telefonate erledigt und ich hatte endlich die Hände frei: So ging ich, um Papa die „vielgepriesenen“ Sicherheitsenergieschlösser 7 für den Sterbeprozess zu halten; doch wie groß war mein Erstaunen, als Papa mir seine Füße sowohl im Schlaf wie auch im Wachzustand immer wegzog.

Beim Trinken hatte ich Papa die 19er oder auch die 1er gehalten, da er sich immer

wieder verschluckte – diese beiden Sicherheitsenergieschlösser wollte er auch gern geströmt bekommen; aber die 7er waren ihm nicht stimmig.

Ich war beim vergangenen Vereinstag in Innsbruck bei Barbara Gastagers Vortrag „Jin Shin Jyutsu in der Pflege“ dabei gewesen: So vieles, was Barbara uns in ihrem Vortrag erzählt hat – von der Kontaktaufnahme bis zu hilfreichen Griffen – hat mich in diesen Tagen begleitet. In den folgenden Tagen wurde Papa zuerst gelangweilt – das hatte ich ja gar nicht erwartet – dann unruhig und irgendwann einmal fragte er mich, was er denn jetzt tun solle. Ich war kurz verblüfft, versicherte ihm jedoch, dass er alles erledigt habe und was noch zu tun sei, würden meine Schwester und ich übernehmen – und dass ich den Eindruck habe, dass er nicht mehr lange hier sein und bald ins Licht gehen würde. Einem inneren Gefühl folgend hielt ich ihm 26/9 mit der einen Hand und strömte ihm die 17 gegenüber: bald darauf folgte ein starkes Ausatmen und Papa wurde spürbar entspannter und ruhiger. Die 26/9 + 17er Sequenz und auch die beiden 8er wurden Papas Lieblingsgriffe durch die letzten Tage, wenn ich bei ihm saß. Das Strömen mit Papa war für mich ganz wichtig – „gemeinsam im Licht zu



sitzen“ tat wohl – und dann war ich auch so dankbar für diese stillen Momente, in denen Zeit war, Danke zu sagen, die eine oder andere Träne zu vergießen und „einfach“ diesem Wunder beizuwohnen, wenn sich die Türen auf die andere Ebene öffnen – eine Ahnung nur, keine Gewissheit. Unser Vater verstarb ganz friedlich in den ersten Stunden des Morgens am 16. April. An diesem Frieden hatte das Strömen ganz gewiss einen großen Anteil. An meinem

Frieden auch, denn ich weiß ihn im Licht gut aufgehoben. Jin Shin Jyutsu begleitet mich und uns alle weiter in dieser Zeit des Abschieds und des Wandels nach seinem Tod – wie gut zu wissen, dass wir es in Form von Bewusstsein, Herzkraft und Händen immer dabei haben. ✨

*Elli Jürschik ist Jin Shin Jyutsu Praktikerin und Lebens- und Sozialberaterin in ihrer PRAXIS LANDEPLATZ in Innsbruck.*



## »Biste drinn oder druff?«

### Bewegtes Sein – die Energieschlösser von innen kennen.

Von Hedi Zengerle

Wie kraftvoll und sinnvoll die 26 Energiebereiche am Körper sind, durften wir in einem äußerst „bewegenden“ und „einfühlsamen“ Kurs erleben.

Immer und immer wieder lud Matthias Roth uns ein, mit innerem Gewährsein die 26 SES zu erleben. Mit saftigen Bildern und eindrücklichen Worten leitete er uns an, mit bewussten Bewegungen die eigene Empfindungen zu erleben. Dieses Fühlen und Erspüren konnten wir in den Strömrunden an der Liege auch spielerisch umsetzen. Unsere Hände folgten nun nicht

mehr automatisch den Strömanleitungen, sondern ließen sich leiten von Spüren und Gewährsein, sodass die Finger in der jeweiligen Reihenfolge von SES zu SES glitten ... mühelos und mit hoher Präsenz. Mit seiner Frage „Biste drinn oder druff?“ ermutigte er uns hinzuspüren, was sich da unter unseren Händen abspielte.

... Glaube deiner Erfahrung ... trau deinem inneren Gewährsein ... fühle dich in das Schloss hinein! Denn strömen heißt, mich mit der Urlebendigkeit zu verbinden. ❀

## Mein Praktiker-Sein

In so einer Praxis könnte Trubel herrschen. Bei mir ist es still.

Von Stefanie Holzer

Seit 2020 bin ich JSJ-Praktikerin. Meine Praxis hat allerdings ein äußerst schwankendes Klientenaufkommen. Ich möchte fast sagen, bisweilen hat meine Praxis einen beinahe virtuellen Charakter. Da das Leben in der Corona-Zeit sowieso eine unwirkliche Note hatte, wunderte mich das nicht weiter. Ich startete also eine Online-Gruppe und leitete Freunde und Bekannte via Zoom zur Selbsthilfe an. Obwohl »stummgestellt« ja niemand Gegenfragen stellen konnte, bereitete ich diese Stunde immer intensiv vor. Ich wollte mich nicht dabei erwischen lassen, Unsinn zu reden... Und ich musste bei meinen Online-Terminen auch eher mehr reden als üblich, denn das Internet schwankte: Wenn ich nicht redete, wussten die Leute nicht, ob das Bild eingefroren war... Auf diese Weise machte ich mich nach und nach mit dem Stoff bekannt, den ich sowieso längst hätte intus haben sollen. Ja, und dann – im Winter 22/23, da kamen plötzlich Klienten in meine Praxis. Nein, ich wurde nicht überrannt. Aber es gab einige aufeinanderfolgende Wochen, da kamen drei Leute! Einmal sogar vier. Das waren Leute, die ich nicht kannte! So

ging es bis zum Juni, dann brach das wieder ein. »Das ist im Sommer immer so!« sagten die erfahrenen Praktikerinnen. Im Herbst darauf kamen tatsächlich hin und wieder ein paar Leute, doch das wurde nicht wirklich mehr.

Ganz weit hinten im Hinterkopf dachte ich über Werbemaßnahmen nach, allein ich tat nichts. Und dann plante ich ebenso latent eine Strömgruppe vor Ort. Aber auch hier tat ich nichts.

JSJ ist wunderbar. Denn hier ist Untätigkeit nicht einfach Faulheit oder Feigheit, sondern schlicht Zeit, die man sich gönnt, bis die Dinge reifen. Und tatsächlich schaute ich mir eines Vormittags die Liste der Stadtteiltreffs in Innsbruck an und überlegte, wo es denn nett wäre, eine solche Gruppe zu installieren. Am Ende schrieb ich mir zwei Telefonnummern heraus. Ich ging zu meinem Mann und fragte ihn: »Wo soll es sein? In der Bienerstraße oder in Mühlau?« Er votierte für Mühlau. Die Leiterin dort hörte mir nicht nur zu, sondern wusste sogar, was JSJ ist. Seither habe ich zwei Selbsthilfegruppen. Und meine Praxis? Derzeit herrscht dort die absolute Ruhe – vor dem Sturm? ❀

# Nerven oder Faszien

Anita Willoughby hielt einen Themenkurs zum Thema »Die Entdeckung unseres versteckten Leuchtens – zentrales und peripheres Nervensystem erforschen«. Von Stefanie Holzer



Schon seit der Corona-Zeit, als wir uns alle dankbar vor dem Bildschirm bei »We Are One« einfanden, war mir klar: Wenn Anita Willoughby je wieder nach Österreich kommen sollte, werde ich einen Kurs bei ihr besuchen. Sie hatte ihre Strömvorschläge überaus sympathisch und lebendig präsentiert. Dieser Eindruck hat sich bei mir durch Anitas Auftritt bei »Austria is Calling« bestätigt. Deshalb fand ich es mehr als schade, dass sie den zweiten Termin absagen musste. Aber heuer im April war es so weit: Anita Willoughby reiste über den großen Teich zu uns nach Österreich. Ich konnte zwischen zwei Themenkursen wählen: »Faszien« oder



»Nerven«. Die Faszien wären in Salzburg räumlich zwar näher gewesen, aber ich habe mich für die von Innsbruck aus schlechter erreichbaren »Nerven« in Hirschwang/Reichenau a. d. Rax entschieden. Als Bild passt das: Bei den Nerven geht es weitab vom Hauptkanal in der Wirbelsäule hinaus in Arme und Beine bis in die letzten Verästelungen. Also reiste ich in die rauh-schöne Gegend eine Stunde südwestlich von Wien.

Nicht nur für mich war der Kursort neu: Isabella Habsburg und Elisabeth Habershauer hatten das Parkhotel Hirschwang erstmalig für einen JSJ-Kurs gewählt. Unterbringung und Essen waren wunderbar, der Seminarraum hell und die Nachbarschaft bot für den Abend auch noch zwei oder drei gastliche Orte zum Einkehren. Für die Mittagspause hatte man einen Park mit ehrwürdigen Bäumen zum Herumspazieren, oder man folgteforsch

ausschreitend einer kleinen Straße hügel-  
beziehungsweise himmelwärts: Die Land-  
schaft dort lässt einen immer wieder nach  
oben blicken, immerhin ist die Rax 2000  
Meter hoch. Die Organisatorinnen ha-  
ben mit Hirschwang/Reichenau eine gute  
Wahl getroffen! Die Teilnehmer waren  
furchtlos aus Vorarlberg, Tirol, Deutsch-  
land, Ober- und Niederösterreich, der  
Steiermark, Kärnten und Wien angereist.  
Der Kurs selbst war interessant und ent-  
spannt. Anita Willoughby spricht weniger  
über Etiketten und dafür maßgeschnei-  
derte Ströme, spricht die Technik, als über  
ihre grundsätzliche Sichtweise auf unsere  
Kunst. Ihre Physiophilosophie hat den  
Schwerpunkt im zweiten Teil des Wortes.  
Anita bezaubert mit ihrem jugendlichen  
Charme, ihrer Begeisterung und ihrer  
profunden Kenntnis der Grundlagen. Wir  
verbrachten auch bei diesem Kurs wieder  
einige Zeit mit dem Studium des Ant-  
wortblattes, das mir stets Neues zu bieten  
hat.

Zum Abschluss muss noch Christine  
Schlotzhauer gelobt werden, die Anita  
übersetzt hat: Es ist keine Kleinigkeit,  
Stunde um Stunde aufmerksam zu sein.  
Und man merkt deutlich, Christine erar-  
beitet sich Routine. Die Reise in den toten  
Winkel hinter Wien hat sich gelohnt. 🌸



## Organisatoren- und Vorstandstreffen in Gmunden

Von Hedi Zengerle

Zum zweiten Mal trafen sich 13 Kursorganisatorinnen und 4 Vereinsvorstände zum Arbeitstreffen. Manuela Apuchtin und Doris Grellmann hatten uns nach Gmunden am Traunsee eingeladen und uns in einem gemütlichen Familien- und Seminarhotel einquartiert. Bei diesen Treffen geht es um die interne Abstimmung der österreichischen Kurstermine für die nächsten Jahre, die Aktualisierung unserer Homepage, weitere Serviceangebote für unsere Mitglieder, unser Netzwerken in den sozialen Medien u.v.m.

Den Samstagvormittag verbrachten wir auf dem Grünberg und genossen vom Baumwipfelpfad das wunderschöne Panorama des Traunsees.

Das persönliche Beisammensein beflügelte unsere Gespräche, Überlegungen, Diskussionen und Ideen, und nach zwei erfüllten Tagen konnten wir auf interessante Themen und Projekte blicken, die nun umgesetzt und weitergeführt werden.

Danke, Manuela und Doris, dass wir bei euch zu Gast sein durften. Wir haben uns sehr wohlgefühlt. 🌸



## »Eher was für Hausfrauen!«

Ein Gespräch mit Ernst Kronawetter, JSJ-Praktiker und langjähriger Organisator in Niederösterreich.

»Der Ernst, das ist ganz ein netter!« haben zwei, übrigens auch sehr nette Organisatorinnen zu mir gesagt, als ich fragte, wen ich denn als nächstes zu einem Gespräch über Jin Shin Jyutsu einladen könnte. Ernst Kronawetter, langjähriger Mitorganisator in Niederösterreich, hat gleich zugesagt, und so haben wir uns zweimal via Zoom zum Plaudern »getroffen«.

• **Wie bist Du zu Jin Shin Jyutsu gekommen? Oder vielleicht war es ja anders: Wie ist Jin Shin Jyutsu zu Dir gekommen?**

Ich habe JSJ 1994 kennengelernt. Damals habe ich in einem Rajayoga-Verein (sahaj marg) in Wien meditiert. Der Meister dort ließ sich nur mit JSJ behandeln. Und Waltraud Riegger-Krause war, glaube ich, auch Mitglied in diesem Verein. In dieser Mediationsgruppe war auch eine Salzburgerin, die hat Waltraud nach Wien zu einer zweitägigen Einführung in JSJ eingeladen. Da bin ich hingefahren ...

• **Hast Du sofort gewusst, das will ich machen? Oder hast Du mehrere Anläufe gebraucht?**

Ich habe einen zweiten Versuch gebraucht. Als Heilmasseur war ich Hautkontakt gewöhnt. Deswegen habe ich nach dem ersten Mal, das waren die zwei Tage mit Waltraud, ein bisschen unbescheiden gemeint: Das ist eher

was für Hausfrauen!

Dann musste ich bei einer MS-Patientin, die ich mit wenig Erfolg mit Lymphdrainage behandelt hatte, erkennen, wo meine Grenzen waren. Im Landeskrankenhaus Hohegg, in dem ich damals tätig war, hatte ich für jeden Patienten eine halbe Stunde Zeit: Wenn ich die Dame mit MS aus dem Rollstuhl hob, ihr beim Entkleiden behilflich war, hätte ich sie praktisch gleich wieder anziehen müssen. Es war zu wenig Zeit!

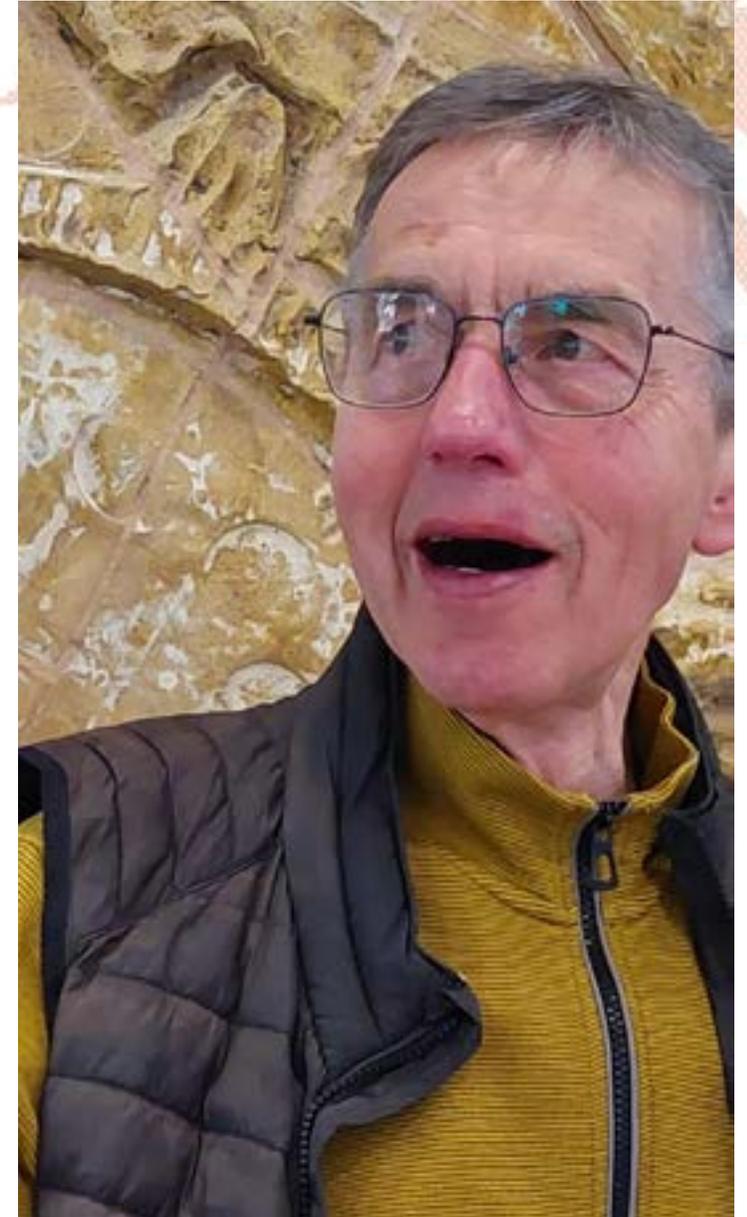
Ich kannte damals nur den Zentralstrom. Der hat aber sofort gewirkt: Mit zwei Behandlungen pro Woche zu je 20 Minuten konnte ich während der vierwöchigen Kur eine erfolgreiche Lymph-Entstauung bewirken. Die Dame hatte danach für ein halbes Jahr schlanke Beine. Das hat uns beide überzeugt.

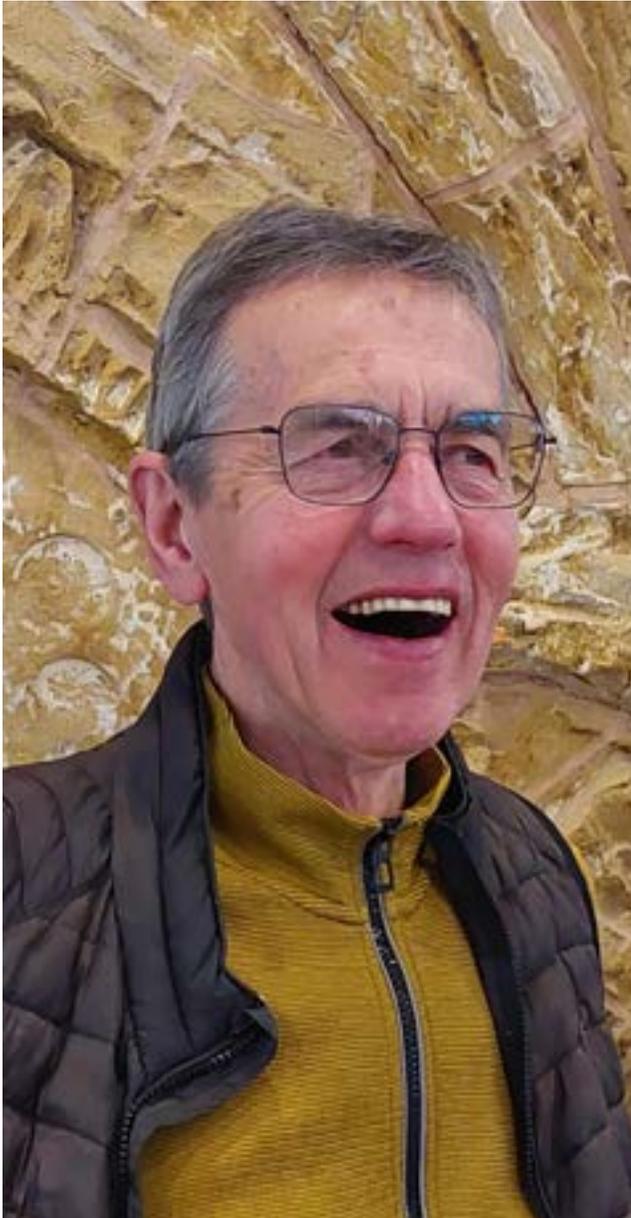
• **Wie war das mit dem Strömen im Krankenhaus?**

Neun oder zehn Jahre habe ich dort geströmt. Zum Teil in der Chemoambulanz. Das ist gut gegangen. Wenn auf der Zuweisung durch die Ärzte »Entspannung« stand, habe ich gewusst, was zu tun ist.

• **Wird im LKH Hohegg noch geströmt?**

Ja, vor meiner Pensionierung habe ich das einer MTF, einer Kollegin, die Elektrotherapie macht, übergeben. Sie macht dort weiter JSJ.





• **Du hast sicher auch eine Praxis zu Hause gehabt?**

Ja, da habe ich Leute aus der Umgebung geströmt. Aber da war nicht so viel Zeit neben der Arbeit. Und die Leute, auch meine Familie, wollten sich von mir lieber massieren lassen. Das ist leider bis heute nicht anders. Aber so ist das. Mary Burmeister hat sinngemäß gesagt: »Man muss den Leuten geben, was sie wollen, bis sie begreifen, was noch möglich ist!«

• **Warum ist das so?**

Das Strömen mit den Kleidern wirkt wohl irgendwie »unmedizinisch«. Bei einem großen Psychotherapie-Test hat man vor vielen Jahren herausgefunden, dass »Absicht« am meisten bewirkt. Die Absicht zu harmonisieren, der Fokus, ist abgesehen von der Technik ein wesentlicher Teil dessen, was bei JSJ Wirkung erzielt. Das Strömen galt als »Zuwendungstherapie«. Die Berührung bewirkt immer etwas beim Menschen. Und wir spüren dabei mehr als nur die Berührung.

• **Wie hat Deine Umgebung (Familie, Freunde, Arbeitskollegen), reagiert, als Du Jin Shin Jyutsu-Praktiker wurdest?**

»Er hat wieder was Neues!« Die waren das gewöhnt. Ich war immer auf der Suche nach etwas Neuem. Ein Kurs zur Fortbildung pro Jahr war das Minimum, das ich angestrebt habe.

• **Wie haben die Kollegen reagiert?**

Die Kollegen ließen sich nicht gern strömen. Das lag zum Teil auch an mir selber, denn ich habe ein bisschen viel

Weihrauch mitgebracht, soll heißen: Ich bin mir mit dem Strömen vielleicht ein bisschen zu gut vorgekommen...  
*Lacht* Man muss beim Strömen das Herz am rechten Fleck haben.

• **Wie erinnerst Du Deinen ersten 5-Tage-Kurs?**

Das war in Salzburg, in St. Vigil. Ich habe die ersten drei Tage eines 5-Tage-Kurses gemacht. Wieder bei Waltraud. Die schiere Menge des Stoffs war unfassbar. JSJ hat mich zuerst verunsichert! Ich war ja chinesisch ausgebildet: Ich kannte die Meridiane und die Akupunkturmassage und so fort. Zwischen SES 17 und SES 19 gab es im Chinesischen Verbindungen, Linien, die eingezeichnet waren, sozusagen ein energetisches Gerüst. Bei JSJ waren die Verbindungen ohne Linien da. Nicht zuletzt Matthias Roth machte mir mit dem Energiebrunnen klar, wie Energie fließt, wie sie sich im Körper verhält. Dadurch veränderte sich die Sicht auf die Welt und auf die spirituellen Dinge. JSJ beinhaltet so viel Wissen, dass man schon ein paar Jahre studieren kann. Es geht immer weiter. Es ist ein ewiges Studieren.

• **Wie bist Du zum JSJ-Organisator geworden?**

Isabella (Habsburg) hat ungefähr gleichzeitig mit mir begonnen, Selbsthilfekurse zu geben. Sie hat bei mir im Kloster in Kirchberg am Wechsel einen Selbsthilfekurs gemacht. Das war einer meiner ersten Kurse. Zwei, drei Jahre später hat sie begonnen, Selbsthilfe- und 5-Tage-Kurse zu organisieren. Und ich durfte sie dabei unterstützen. Das war eine sehr schöne Zeit!

• **Als Ko-Organisator hast Du viele Lehrer kennengelernt. Hat Dich eine/r besonders angesprochen?**

Ja, viele. Wayne Hackett, Birgitta Meinhardt, Petra El-mendorff, Michael Wenninger, Mona Harris, Ian Harris, Jed und Susan Schwartz, Anita Willoughby... Matthias Roth hat mich fasziniert: In Goldegg hat er einen ganzen 5-Tage-Kurs getanzt, das war phantastisch. Neben seiner Tanzerei hat er die Teilnehmer korrigiert.

Zu mir hat er gemeint, ich brauche nicht den Wissenden heraushängen lassen. *Lacht*

Oder Ian Harris, der hat sich in Mödling einmal furchtbar geplatzt. Seine mangelhaften Deutschkenntnisse waren eine erhebliche Herausforderung! Der Kurs war für die Teilnehmer unglaublich mühsam und anstrengend, aber zugleich oder deswegen auch sehr lohnend. Denn Ian hat sich sehr bemüht, mit seinen einfachen sprachlichen Mitteln die Essenz aus dem ganzen herauszuschälen.

• **Als Organisator sieht man die Lehrer öfter. Entwickeln sich die Lehrer?**

Ja! Selbstverständlich! Mona Harris, zum Beispiel, hat sich sehr verändert. Sie ist viel lockerer geworden.

• **Wie siehst Du das? Ist es besser, Kurse auf Deutsch oder Englisch mit Übersetzung zu hören?**

Das hat beides Vor- und Nachteile. Ich erinnere mich daran, wenn Brigitte Purner übersetzt hat, da war es so, dass die, die gut genug Englisch konnten, oft über die Pointen schon lachten, sodass ich Brigittes Übersetzung erst gar nicht mehr hörte. Das war ein Nachteil für mich. Diejenigen, die Englisch konnten, haben den Kurs allerdings zweimal gehört.

• **Du warst als Mann sicher oft allein in Kursen?**

Ja, Männer waren immer wenige. In Goldegg waren wir einmal 30 Frauen und vier Männer. Da ich die Frauen mag, war mir das nie ein Problem.

• **Wie lange warst Du Organisator?**

11 Jahre.

• **Bist Du ein gläubiger Mensch?**

Ja, sicher.

• **Hat Jin Shin Jyutsu Deinen Glauben verändert?**

Ja, bereichert. Über meine Meditationsgruppe und meinen Yoga-Lehrer habe ich bedeutende Menschen kennengelernt: Jiddu Krishnamurti – ich war einmal bei ihm in der Schweiz – und andere Hindu-Heilige. Ich weiß also, es gibt verschiedene Zugänge zum Heiligen, zum Unnennbaren.

• **Hast Du Kinder?**

Ja, zwei Buben. Der eine ist Elektroniker und der andere Tischler. Ich habe auch drei Enkelkinder und natürlich vor allem eine wunderbare Frau, die mich seit fast fünfzig Jahren aushält.

• **Strömt Deine Familie?**

Meine Söhne konnten damit nicht so viel anfangen. Aber meine Frau strömt mich zwei bis dreimal in der Woche, was wunderbar ist.

• **Was wünschst Du Dir für die JSJ-Gemeinde?**



Dass man die große Umarmung bei sich selber praktiziert. Es wäre eine gute Übung sich zu fragen: Wer ist es, der mich da hält? Und wer ist es, den ich da halte? So betrachten wir uns von zwei Seiten. ✨

*Die Fragen stellte Stefanie Holzer*



## Erhellend und erleichternd

### Nachklang zum Themenkurs mit Martina Six: Die kraftvollen Ströme »Umkehrung und Zunahme der Tiefen«

Von Daniela Bader

Von 15.–17. März fand in Mödling ein Themenkurs statt, für den schon der Untertitel „FUN mit Tiefen, Texturen, Pulsen und viel Praxis“ die Neugier weckte. Dieses Versprechen wurde mehr als erfüllt. Wir hatten eine harmonische, angenehme Gruppe und wurden wunderbar versorgt von den beiden Organisatorinnen Eva und Bibiana.

Inhaltlich drehte sich alles um die vier Ströme zur „Umkehrung und Zunahme der Tiefen“. Dabei brachte uns Martina – wie so oft in den 2,5 Tagen – mit bildhaften kleinen Geschichten die Tiefenqualitäten nahe und wie wir Texturen erfühlen und erkennen können. Die Aufforderung des Lauschens der Pulse mit dem Herzen führte zum Fallenlassen meiner bzw. unserer Schultern, und in dieser Offenheit konnte ich plötzlich unter meinen Fingern „die Gespräche der Pulse“ erfühlen und wahrnehmen. Wir alle empfanden es als großen Schritt aus dem: „Ich werde das nie

lernen“ in die Leichtigkeit und Freude!

Wir studierten theoretisch und praktisch den Diagonalen Vermittlerstrom, und am Sonntagabend wussten alle Studentinnen und Studenten, wie dieser Strom genau im Körper verläuft. Das hat uns viele Zusammenhänge so logisch ganz von allein erkennen lassen!

Bei aller interessanten Theorie kam jedoch auch die Praxis nicht zu kurz. Jeder strömte und bekam selbst alle Ströme der „Umkehrung und Zunahme der Tiefen“ in diesen Tagen geströmt. Wir waren zu dritt an den Liegen und die Strömkombinationen, die wir erfahren durften, empfanden wir – und ich glaube, ich kann hier für alle sprechen – als sehr intensiv und tiefgehend. Nicht umsonst gelten die Ströme „Umkehrung und Zunahme der Tiefen“ als sehr kraftvoll, was manche aufgrund ihrer wenigen Griffe wohl nicht vermuten würden. Kann es denn wirklich so einfach sein?? Jaaaa, es kann!



Für mich kann ich nur sagen, dass ich bisher kaum an diese vier Ströme gedacht hatte, was ab sofort aber definitiv anders werden wird! Wie wundervoll ist es doch, wenn man die Themen und Projekte einer ganzen Tiefe erreichen und harmonisieren kann.

Zum Abschluss möchte ich jetzt noch eine meiner Mit-Teilnehmerinnen ihren Traum erzählen lassen, welchen sie in der Nacht nach dem ersten Kurstag hatte:

Ich fuhr etwas angespannt und widerwillig nach Mödling, denn es

war einfach so viel los in meinem Leben, auf der Arbeit und auch privat und mein Verlangen nach Ruhe und Sofa war groß.

Wie kraftvoll die Ströme „Umkehr und Zunahme der Tiefen“ sind, durfte ich gleich am ersten Tag spüren und in der Nacht noch einmal ganz intensiv erleben. Ich bekam den Vermittlerstrom und die „Umkehrung und Zunahme der 1. Tiefe“ beidseitig geströmt. Sofort nach dem Strömen war ich ausgeglichen, fröhlich und fühlte mich wie „erwacht“. Erst da wurde mir bewusst, wie sehr ich bereits außer mir gewesen war! Das sollte sich in der Nacht noch einmal zeigen.

Ich möchte vorausschicken, dass ich sehr heikel bin und dies ein unappetitlicher Traum war. Deshalb auch nur in Auszügen:)

„Ich träumte, dass ich wach wurde und mich im Badezimmer befand. Der ganze alte „Scheiß“ konnte raus und ich putzte alles fein sauber. Es fühlte sich im Traum so erleichternd an. Ich bin selig aufgewacht und fühlte mich leicht und beschwingt. Ich konnte mich genau an den Traum erinnern und bis heute hält die Leichtigkeit in mir an. Danke für den himmlischen Kurs! 🌸“



# Endlich! Nächste Auflage vom Kinderströmbuch Luca



Das Kinder-Hörbuch richtet sich an Eltern und PädagogInnen (Kindergarten und Grundschule), welche Jin Shin Jyutsu als sanfte Selbsthilfemethode kennen und diese an Kinder weitergeben wollen. In weiterer Folge ist es auch für Kinder selbst gedacht und konzipiert.

Durch das Buch führt das Kind Luca. Es ist von Jin Shin Jyutsu begeistert. Es hat Spaß daran, da es ihm hilft, sich besser zu konzentrieren, ruhiger zu werden, Ängste abzubauen,

seinen eigenen Kräften zu vertrauen und seine Wut in kreative Bahnen zu lenken. Kurz – Jin Shin Jyutsu hilft Luca, seine Energie besser »strömen« zu lassen.

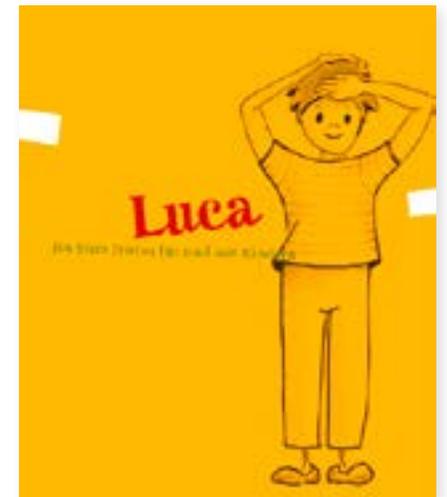
Weil es ihm selbst so gut tut, möchte Luca auch andere Kinder dazu motivieren, Jin Shin Jyutsu auszuprobieren. Mit lustigen Reimen und witzigen Illustrationen, die genau und konkret anleiten, zeigt Luca, wie es geht.

Die vertonten Texte gehen als Kinderlieder gut ins Ohr und sind als Download auf [www.jsj.at](http://www.jsj.at) nach dem Kauf des Buches verfügbar. Kinder lernen erfahrungsgemäß schnell damit umzugehen

und haben so eine einfache und wirkungsvolle Möglichkeit, die eigenen Selbstheilungskräfte zu aktivieren und zu stärken. Der Verein Jin Shin Jyutsu Österreich ist der neue Herausgeber. Das Kinder-Hörbuch kann **im Webshop** bestellt werden ([www.jsj.at](http://www.jsj.at)). Das Buch kostet 15 €.

**Rabattkondition:**  
**5 Stück + 1 gratis**

Das Buch eignet sich für Kinder ab ca. 3 Jahren ... und all jene, die an Jin Shin Jyutsu interessiert sind. **1**



## Ein herzliches Dankeschön

an alle, die unsere Redaktion mit Beiträgen und Ideen für diesen Newsletter unterstützt haben. Viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe!



Nächster Redaktionsschluss:  
**10. August 2024**

[hedi.zengerle@jsj.at](mailto:hedi.zengerle@jsj.at)  
[stefanie.holzer@jsj.at](mailto:stefanie.holzer@jsj.at)



Wir freuen uns auf Eure Berichte über Kurse, Strömerlebnisse, Praktikertreffen und Anregungen aller Art!

# ❁ ❁ ❁ Jahresvorschau ❁ ❁ ❁ Mitströmen ❁ ❁ ❁ Nachlesen ❁ ❁ ❁

Informationen zu geplanten Kursen online auf <https://www.jsj.at/de/> Hier eine kleine Auswahl:

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. Appetitanregend!

## SALZBURG

4.–8. September 2024

**5-Tage-Kurs mit Susa Hagen** in Salzburg-Maxglan

**Anmeldung:** Ulrika Krexner, [ulrika.krexner@jsj.at](mailto:ulrika.krexner@jsj.at), 0664 28 28 006

## OBERÖSTERREICH

16.–17. November 2024

**Lauschen der Pulse und Körperlesen mit Nathalie Max** (Englisch, deutsche Übersetzung Sonja Müller) in Attnang-Puchheim  
**Anmeldung:** Manuela Apuchtin, [manuela.apuchtin@jsj.at](mailto:manuela.apuchtin@jsj.at), 0699/888 14 956 oder 0664/1270676

Doris Grellmann, [doris.grellmann@jsj.at](mailto:doris.grellmann@jsj.at); 0676/3110297



Specials vom Verein JSJ Österreich

## STEIERMARK/OBERÖSTERREICH

25.–28. August 2024

**»Strömen & Wandern mit Manuela Apuchtin und Doris Grellmann** auf der Turnaueralm« (Steiermark)

**Nötige Vorkenntnisse:** Mindestens drei 5-Tage-Kurse.

**Anmeldung:** Manuela Apuchtin, [manuela.apuchtin@jsj.at](mailto:manuela.apuchtin@jsj.at), 0664/1270 676

## TIROL

30. August.–4. September 2024

**»Strömen und Wandern in den Tiroler Bergen« in Tulfes mit Monika Fiechter-Alber und Elli Jürschik**

**Nötige Vorkenntnisse:** mind. drei 5-Tage-Kurse

**Anmeldung:** [monika.fiechter-alber@jsj.at](mailto:monika.fiechter-alber@jsj.at)

## TIROL

5.–6. Oktober 2024

**»Strömend Pflegen« mit Barbara Gastager** in Hall in Tirol

**Nötige Vorkenntnisse:** Keine.

**Anmeldung:** Barbara Unterberger: [barbara.unterberger@jsj.at](mailto:barbara.unterberger@jsj.at), 0664/5433037



Monika Fiechter-Alber: monika.fiechter-alber@jsj.at, 0676/4240290

Diese Kurse werden von einem Dozenten außerhalb von Jin Shin Jyutsu-Spirit-Mind-Body (JSJSMB) angeboten

#### WIEN

20.–22. September 2024

»Die Kunst, ein Praktiker zu SEIN« mit Majella Delaney in Mödling (Englisch mit deutscher Übersetzung)

**Nötige Vorkenntnisse:** Mindestens ein 5-Tage-Kurs.

**Anmeldung:** Eva Hackl, eva.hackl@jsj.at, +43(0)664 4270640



#### VORARLBERG

27.–29. September 2024

»Körperlesen und Pulse lauschen« mit Majella Delaney in Dornbirn (Englisch mit deutscher Übersetzung)

**Nötige Vorkenntnisse:** Mindestens ein 5-Tage-Kurs.

**Anmeldung:** Hedi Zengerle, hedi.zengerle@jsj.at, +43 (0)664 4532490

Brigitte Rein, brigitte.rein@jsj.at, +43 (0)664 4471652



#### TIROL

25.–27. Oktober 2024

»Körperräume-Handlungsräume« mit Matthias Roth in Hall in Tirol

**Organisation:** Barbara Unterberger, barbara.unterberger@jsj.at, +43 (0)664 5433037,

Mag. Ulrike Arnold, ulrike.arnold@jsj.at, + 43 (0)699 16602004



#### LIECHTENSTEIN

13.–15. September 2024

»Die Magie des Finger-Zehen-Stroms«, Themenkurs mit Matthias Roth in FL-9496 Balzers

**Organisation:** Marianne Lörcher, mail@marianneloercher.li, +41 (0) 79 261 14 09, Unterkunftmöglichkeiten am Kursort (www.haus-gutenberg.li)



#### **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](mailto:monika.fiechter-alber@jsj.at)

ZVR-Nr. 876777379

#### **Redaktion**

Hedi Zengerle, Stefanie Holzer

#### **Beiträge von**

Daniela Bader,

Monika Fiechter-Alber,

Stefanie Holzer, Elli Jürschik,

Barbara Konder, Hedi Zengerle

#### **Gestaltung**

Walter Klier