



*Fortsetzung von Seite 1*

Ganz nahe des Veranstaltungsorts auf der österreichischen Seite in Oberndorf bei Salzburg wurde schon einmal der Samen gelegt, für Etwas, das um die ganze Welt ging.

„Stille Nacht! Heilige Nacht!“, das Lied wurde am 24. Dezember 1818 erstmals in der damaligen St. Nikola-Kirche in Oberndorf aufgeführt. An dieses Ereignis erinnert heute an jener Stelle eine kleine Kapelle. Gerade ihre Schlichtheit ist es, die sie so lieblich erscheinen lässt und zugleich ist sie historischer Anziehungspunkt für tausende Menschen aus aller Welt. (Fortsetzung im nächsten Newsletter) ☞



*Stille-Nacht-Kapelle in Oberndorf bei Salzburg  
Quelle: Wikimedia Commons*

## 20 Jahre alt und überhaupt nicht aus der Mode

von **Brigitte Purner**

Die drei dienstältesten Jin Shin Jyutsu LehrerInnen wurden vor ca. 20 Jahren in einer Interviewreihe für den amerikanischen Main Central (MC) zu ihrem Verständnis der SES befragt. Was dort steht, ist keinesfalls überholt oder aus der Mode gekommen. Im Gegenteil, es ist so aktuell wie dieser Augenblick.

Muriel Carlton, Philomena Dooley und Wayne Hackett gebührt großer Dank und Wertschätzung.

Zur Herbstausgabe unseres aktuellen Newsletters, die in die 2. Tiefe-Zeit fällt, passen die Aussagen zum Energieschloss 9 wunderbar. 9 steht für den weiten Raum, das Potenzial aller Möglichkeiten. Nach jedem Ausatmen habe ich Zugang zu diesem Raum - wenn ich möchte. Vielleicht animiert dieser Text dazu, immer öfter zu mögen ... (aus dem amerikanischen MC, Frühling 1995, übersetzt im deutschen MC, Frühjahr 2003, als Buch erschienen 2015 unter dem Titel: „Null bis Sechszwanzig“, Auszüge aus dem MC, erhältlich im Europabüro Bonn, ISBN 978-3-930530-18-2)

### Philomena

*Der Aufseher, die Zahl des Allumfassenden; klare Intelligenz, Kenntnisse, Erfüllung. Das Zeichen alterstloser Weisheit.*

*Wir sprechen von der 9. Tiefe – dem Nichts des Raums.*

*Der anfangslose Anfang. Der Ursprung unseres Universums.*

*Die Göttliche Quelle von ALLEM. Das Ende eines Zyklus – die Vorbereitung für einen neuen Zyklus. Was die Raupe für das Ende der Welt hält, ist für den Schmetterling der Anfang.*

SES 9 kontrolliert die Taillenebene – meinen Lebensstil. Wenn SES 9 nicht in Harmonie ist, wird die aufsteigende Energie behindert und damit die Taillenebene bei SES 23 belastet. – „Ich bin für mich verantwortlich“.

I AM (Ich bin) – Der Buchstabe I (ich) ist der 9. im Alphabet; AM (bin) – der 1. und 13. Buchstabe im Alphabet:  $9 + 1 + 13 (14) = 23$ . 14 und 23 ergeben beide in der Quersumme 5. Der 9-Strom wird die Entwicklung von Krankheit und Disharmonie auf eine Phase begrenzen und alles zurück in die Ordnung bringen. Meine erste Erfahrung mit SES 9 machte ich, als ein Mann in mittleren Jahren kam und Hilfe brauchte. Er hatte bereits einen Operationstermin für eine Verkalkung, einen Sporn, zwischen dem Kreuzbein und dem 5. Lendenwirbel. Er litt unter großen Schmerzen und Unbequemlichkeiten. Mary sagte uns, dass SES 9 auflösen kann, was sich verfestigt hat – 2. Tiefe, Steine und Stäbe. Sechs Wochen später konnte man Bill beim Tennis (im Halbfinale) auf Eluthra, einer karibischen Insel, entdecken. Der Strom hat 8 dynamische Schritte. Wir haben gesehen, wie wichtig die Zahl 8 ist. Sie symbolisiert Rhythmus und Zauber und ist Harmonisierer der 3. Tiefe. Wie oben, so unten. Das Symbol der Zyklen des Lichtes. 9 ist das Symbol des Menschen. Das Symbol der Kreuzbein- und Steißbeinwirbel, in denen das Geheimnis menschlicher Evolution – 3. Tiefe – enthalten ist.



*Philomena Dooley*

*Fortsetzung Seite 3*

## MURIEL NOW (7) KNOW (9) MYSELF (8)

[Jetzt erKENNE MICH SELBST] – es ist jetzt an der Zeit, mich selbst zu (er)KENNEN (9).

Die Zahl 9 kam in das Universum mit der Bedeutung, das Ende eines Zyklus ist der Beginn eines neuen; dass jedes Ende die Saat eines Neuanfangs enthält, die Grundlage für das Fundament. Die Zahl 9 ist das Symbol altersloser Weisheit. Die Zahl der allumfassenden, klaren Intelligenz und allumfassenden Bewusstseins. Die Zahl 9 ist der Mensch. Der Mensch hat 5 Kreuzbein- und 4 Steißbeinwirbel. In diesen 9 Knochen ist die menschliche Entwicklung enthalten.

Die Zahl 9 ist verwandt mit den Zahlen 14 und 23 hinsichtlich des Erhalts der Harmonie in der Taillenebene, ebenso ist die Zahl 19 verwandt mit der Zahl 9 zur Harmonisierung der Taillenebene.  $14=5$ ;  $23=5$ ;  $5+5=10$  (Geist und Materie in Harmonie);  $19(1+9)=10$ . Die Taillenebene ist unser „Wille“, und SES 12 ist „nicht mein Wille, sondern DEIN Wille“. SES 12 beeinflusst 14 und 9; und deswegen kann und wird auch unser Wille SES 12 beeinflussen.

Mary hat über die Zahl 9 gesagt: „Ich bin die Vergangenheit, in bin die Gegenwart, ich bin die Zukunft, ich bin, KNOW MYSELF IT IS (erKENNE MICH SELBST ES IST).“

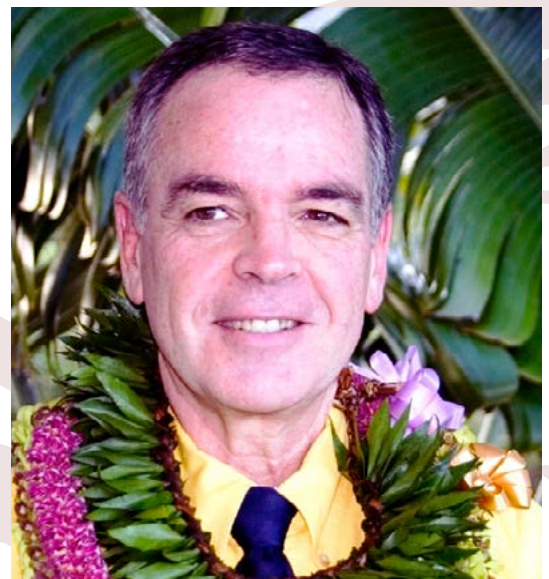
- 9 befreit den Brustraum.
- 9 hilft einem erschöpften Energieniveau.
- 9 löst Blähsucht auf (öffne SES 9, dann schließe 15- /3-Ströme an).
- 9 hilft allen Bein- und Knieprojekten (Zehen, Schwielen, Hühneraugen, Verstauchungen).
- 9 hilft bei Brustenge (Asthma).
- 9 entlädt Spannung und Stress aus der Taillenebene.
- 9 benutzt die Verwandtschaft von Fingern und Zehen (S. 46, Text 1).

Der Finger-Zehen-Strom klärt den ganzen Körper, folglich ist 9 ein Aufseher über diese Form.

- 9 ist der endgültige Abschluss eines Zyklus.

## WAYNE

Beim Studium von Jin Shin Jyutsu ist NEUN All-umfassend, alle Farben, alle Töne, alle Pflanzen und alle Zahlen sind eingeschlossen und ausgedrückt im Sein der NEUNheit. Die Großen Lehrer erzählen uns, dass „bei der NEUN der Mensch vor dem letzten Schritt zur Rückverbindung mit der Einheit steht“ und das „NEUN das menschliche Sein repräsentiert, das alle verfügbaren Kräfte und Fähigkeiten sichtbar werden lässt“. Die Geschenke der NEUN sind Aneignung, Erfüllung und Vollendung. NEUN ist das Symbol Altersloser Weisheit. Aus diesen Gründen ist SES 9 bekannt als klare Intelligenz, der Aufseher, der Menschenfreundliche. Es ist das erste von sieben „Universellen“ Sicherheits-Energieschlösser (9, 12, 22, 23, 24, 25, 26). Diese Sicherheits-Energieschlösser verkörpern die Sonne, das Licht, das Leben selbst, und sie können für jeden Projekt des menschlichen Seins angewendet werden. Als Zahl der 2. Tiefe erfüllt NEUN eine zweite ursprüngliche Absicht: die Dimensionen menschl-



Wayne Hackett

ichen Geistes, Körpers und der Seele zu harmonisieren. NEUN flößt der menschlichen Natur gesunden Menschenverstand ein.

Auf der Ebene der Einstellungen befreit ENUN von aller Habgier, dem eigentlichen Grund von Kummer und Trauer. Es kann keinen Verlust geben, wenn es keine Erwartung gibt. NEUN befreit den Menschen von der Vergangenheit und bringt Freude am Sein in die Gegenwart. In der Brustebene (Bewusstheit: Physio-Philosophie) fördert die NEUN die Hingabe zum Dienen und menschliche Gefühle. Der wichtigste Aspekt von NEUN ist das Kleinod der Unterscheidung. In der Taillenebene (Ver-

Fortsetzung Seite 4

### KURSE – TERMINE – [www.jsj.at](http://www.jsj.at)

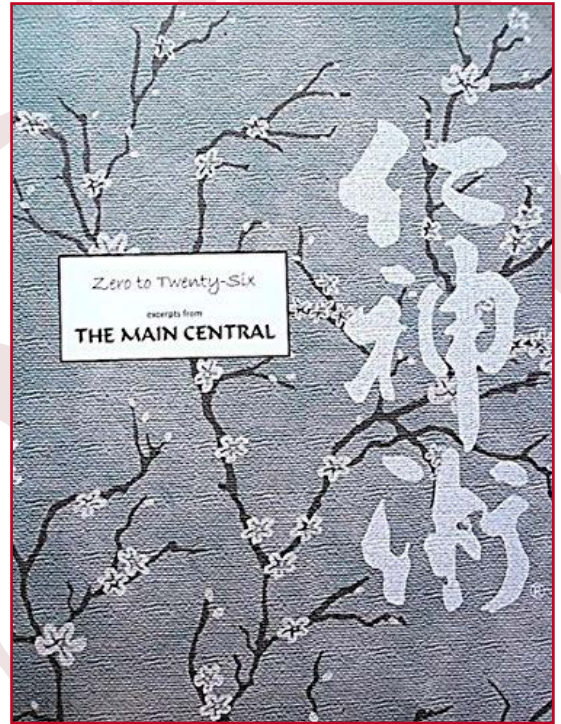
Hier findest Du Termine für Selbsthilfekurse und Möglichkeiten zur Fortbildung im ganzen Bundesgebiet. Vereinsmitglieder, die als OrganisatorInnen, PraktikerInnen und Selbsthilfe-LehrerInnen tätig sind, werden ebenfalls angeführt.

**Schau doch mal rein!**

Fortsetzung von Seite 3

ständnis: Physio-Psychologie) harmonisiert die NEUN den Verstand des Menschen (Merkur – mein Wille) in seiner Beziehung mit dem kosmischen Verstand (Neptun – Dein Wille geschehe). Als ein aufsteigendes SES unterstützt die NEUN den reinigenden Prozess des einatmenden Lebensatems und klärt den mentalen Prozess. In der Hüftebene (Anwendung von Technik: Physio-Physiologie) unterstützt die NEUN die körperliche Ausscheidung dessen, was nicht verwertbar ist und vervollständigt den Verdauungszyklus. SES 9 harmonisiert die energetische Zirkulation in den gleichseitigen Gliedmaßen (Arme und Beine) und ist vor allem hilfreich bei der Lösung von „Festsitzendem“ in den Füßen. Halux Valgus (Ballenzehen), Hühneraugen und Hornhaut sind die „Indikatoren eines 9-Bedürfnisses“. Andere hauptsächlich physiologische Funktionen in Bezug auf SES 9 beinhalten: Die Atmung und alle Atemaktivität; Verdauung; Bildung, Verteilung und Reinigung von Blut; Sehen; und Wachstum, Reifung und Ausscheidung bei allen biologischen Vorgängen. Im Alphabet ist der Buchstabe „i“ der neunte Buchstabe. Die menschliche Persönlichkeit steht in direkter Beziehung zum „Seinszustand“ von SES 9. Worte, die die Energie der 9 beinhalten:

LOVE (LIEBE) ( $12+15+22+5=54=9$ ) und KNOW (WISSEN) ( $11+14+15+23=63=9$ ). „9 SEIN“ ist unser Erbe. ☸



## Energieschwingung wirkt auf alle

von Isabella Habsburg

Nach einem Mensch-Tier-Kurs in Graz - übrigens der erste in der Landeshauptstadt - hatten wir 4 Wochen später einen weiteren Termin für Fragen und Wiederholungen beim Pferd. Im Zuge dessen konnten sich die Teilnehmerinnen zu einem vergünstigten Preis selbst strömen lassen. Aussage von einer Tierbesitzerin: „Jetzt weiß ich, warum mein Pferd beim Strömen die Nüstern so bläht“ .... war doch das Atmen bei ihr auch leichter geworden. Die Liege wurde dafür einfach in der Garage neben dem Stall aufgebaut und schon ging es los – in Hundebegleitung. Gute Schwingung zieht nun mal an. ☺



Mops: „und wann kommen wir dran?“

## Immer „für etwas“ und nie „gegen etwas“

aus: Vorräte fürs Leben

von Claudia Peters

Seien Sie für den Frieden, statt gegen den Krieg, für Veränderungen und Verbesserungen, statt gegen bestehende Gesetze.

Ihre Energie geht nämlich dahin, worauf Sie Ihre Aufmerksamkeit richten. Wenn Sie gegen etwas ankämpfen, sei es Ihr Übergewicht oder Ängste, dann nutzen Sie Ihre Energie dafür, etwas zu bekämpfen.

Wenn Sie für etwas sind, wenn Sie für das Positive sind, dann richten Sie Ihre Energie auf das Ziel und sind motiviert, es zu erreichen. Ihre Energie fließt immer dahin, wohin Sie Ihre Aufmerksamkeit richten.

# «HANDS ON»

das Zusammenleben bereichern - neue Perspektiven und berührende Erlebnisse schaffen - mutig, lustvoll und mit viel Herz

SEID MIT BEGEISTERUNG DABEI, WENN EINE QUARTIERGEMEINSCHAFT STRÖMEN KENNENLERNT  
Als Einreichprojekt für einen Ideenwettbewerb entstanden, wird am internationalen Jin Shin Jyutsu Tag «Hands On» nun in die Tat umgesetzt. Jin Shin Jyutsu live zu erleben wird für viele Besucher berührende Erlebnisse schaffen und dadurch Verbreitung in der Stadt St. Gallen, im Schweizer Kanton und darüber hinaus finden.

## Termine und Inhalte

### Freitag 21.10.2016 –

internationaler Jin Shin Jyutsu Tag  
19:00 Uhr Eröffnung, Apero und Begrüßung  
20:00 Uhr Gastreferent Dr. med. Michael Wirnsperger, Ö „Auf dem Weg“; Schulmediziner und JSJ Praktiker  
21:00 Uhr gemeinsames Fingerhalten im Rahmen des internationalen JSJ-Tages

### Samstag 22.10.2016 Impulstag

An 10 Strömliegen - Schnupperströmen zur vollen und halben Stunde  
Weiters Impulsvorträge, Informationsmaterial, Kurzfilme und ein Büchertisch,  
Kindereströmecke - spielerische Strömanleitungen  
16.00 Uhr Ende der Veranstaltung

### Wir wollen gemeinsam...

- ✿ mit Herz, Leib und Seele dabei sein
- ✿ das Zusammenleben im Quartier und darüber hinaus bereichern
- ✿ neue Perspektiven und berührende Erlebnisse ermöglichen
- ✿ Empfehlungen zur Selbsthilfe weitergeben
- ✿ JSJ weiter bekannt machen und den Geist des JSJ verströmen
- ✿ als überregionales JSJ-Team in Erscheinung treten
- ✿ uns in der Region treffen und kennenlernen
- ✿ uns untereinander vernetzen, Erfahrungen austauschen und gegenseitig stärken
- ✿ uns persönlich präsentieren und unsere Kontaktdaten auflegen
- ✿ als offizielle JSJ-PraktikerInnen auf der Adressliste erscheinen
- ✿ auf der geplanten JSJ-Ostschweiz Webseite erscheinen
- ✿ ... ein tolles Abschlussfest feiern

### Wir wünschen uns...

- ✿ dass Ihr mit Enthusiasmus im Helfer-Team dabei seid (Teamgröße 30-40 Personen)
- ✿ dass Ihr Euch die Termine verbindlich reserviert
- ✿ dass Ihr am Freitag 21.10.2016 teilnehmen könnt
- ✿ dass erfahrene JSJ-PraktikerInnen am Samstag, 22.10.2016 für mindestens einen halben Tag an den Liegen strömen
- ✿ dass Ihr in Eurem Umfeld Werbung für das Projekt «Hands On» macht
- ✿ dass Eure Freunde und Bekannten am Event dabei sind

Wenn wir Euch mit diesen Zeilen für unser Projekt «Hands On» begeistern, dann freuen wir uns auf Euer Mitmachen.

Für das Projektteam

*Iva Herzmann, Hedi Zengerle und Tanja Zimmermann*



# „Unsere Energien bündeln“

Einladung an alle Selbsthilfe-LehrerInnen und PraktikerInnen, die Strömgruppen/Praxisgruppen leiten

# Finger, Zehen und Mudras

von Anna Pisjak

13. November 2016 ( Sonntag ) in Salzburg  
Praxisgemeinschaft G 15, Griesgasse 15 / 2. Stock , 5020 Salzburg  
12.00 Uhr - 16.00 Uhr

Die Idee ist folgende:

Es soll eine kreative Arbeitsgruppe entstehen zu den Themen

- ☞ welche Unterstützung wünsche ich mir vom Verein
- ☞ wie können wir unsere Ressourcen und unsere Kreativität nutzen, um uns gegenseitig zu stärken/nähren/inspirieren
- ☞ Gründung einer Intervisionsgruppe
- ☞ diese Veranstaltung wird zwei mal im Jahr stattfinden

## INTERVISIONSGRUPPE

„Kollegiale Intervention ist ein auf Gleichrangigkeit und Eigenverantwortlichkeit beruhender professioneller, lösungsorientierter Austausch, in der Gruppenmitglieder sich gegenseitig unterstützen. Da die Leitung wechselt, gib es hier feste Regeln und ein abgesprochenes und für alle verbindliches Ablaufverfahren. Hier können berufsbezogene fachliche und persönliche Herausforderungen und Probleme, in denen die einbringende Person Klarheit, Bestätigung, Orientierung, Hilfe und Unterstützung sucht, bearbeitet werden. Beziehungskonflikte innerhalb der Gruppe können nicht bearbeitet werden.“ (Bundesministerium für Gesundheit S. 3)

Bei Interesse bitte melden bei Susa Hagen bis zum 5. November 2016  
susa.hagen@jsj.at - +43 664 444 61 07

Das Treffen ist ein Angebot des Vereins Jin Shin Jyutsu Österreich und beinhaltet keine Kosten für die Teilnehmer. ☞

### <<< Aktuell >>>

Mit der Herbst-Ausgabe unseres Newsletters sende ich herzliche Grüße an alle Jin Shin Jyutsu Freunde aus Nah und Fern! Es gibt wieder eine Menge an interessanten Beiträgen und Berichten bzw. eine Vorankündigung für die kommenden Veranstaltungen!

#### Herzlichen Dank an alle AutorInnen!

Für alle, die Lust bekommen, uns auch einmal an einem Ström-erlebnis teilhaben zu lassen, freu ich mich auf Zuschriften bis spätestens **5. Dezember 2016!**

Hedi Zengerle  
(hedi.zengerle@jsj.at)



© Anna Pisjak, ... das Gelernte gleich erfolgreich bei einem Insektenstich angewendet ...

Um das nicht geheime Geheimnis der Kraft in Bewusstsein und Verständnis von Daumen und Finger zu studieren und zu spüren, trafen wir uns am 2. und 3. Juli in Wien zum Selbsthilfekurs 3. Eva Hackl, die Magierin, nahm uns an den Fingern und Zehen und entführte uns in die Jin Shin Jyutsu Welt. Diese Welt dürfte ich schon bei zwei 5-Tage-Kursen kennenlernen und jedes Mal berührt es mich, weil ich mich da so geborgen, revitalisiert und angenommen fühle. Und ganz große Zusammenhänge an mir im Kleinen sehen kann und mich besser verstehe.

Am ersten Tag haben wir uns mit den einzelnen Fingern beschäftigt, den Fließrichtungen, den Tiefen, belastenden Tätigkeiten, Lebenszeiten ... und weil wir alle so müde waren, haben wir zum Abschluss den Hauptzentralstrom geströmt.

Wie wir festgestellt haben, war das Halten der Fingerpositionen mit anfänglichen Ausführungsschwierigkeiten verbunden. Trotzdem haben wir es versucht mit den 26 Ausatmungen und Einatmungen zu kombinieren und die verbliebenen 10 Atemzüge in Stille und Entspannung zu bleiben.

Da wir gefühlt haben, dass es da sehr viele Möglichkeiten gibt, haben wir untereinander ausgemacht uns über die Erfahrungen mit den Fingerpositionen auszutauschen. ☞

# Werbung für Jin Shin Jyutsu und FÜR UNS ALLE!

von Manuela Apuchtin

Neben der Verbreitung von Jin Shin Jyutsu geht's bei uns im Verein ja vor allem darum, unsere Mitglieder zu unterstützen. Unsere Website ist dafür ein sehr attraktives Tool. Eine Website ist aber vor allem dann für Besucher interessant, wenn sie regelmäßig gewartet wird und dadurch auf aktuellem Stand ist.

Hier – liebe Mitglieder – seid auch Ihr gefragt! ☺

Ist euer Eintrag aktuell? Habt Ihr ein Bild von euch hochgeladen? Habt Ihr eure Selbsthilfekurse für Herbst schon eingetragen? JETZT ist ein sehr guter Zeitpunkt dafür! Warum?

Am 14. September ist mit den Oberösterreichischen Nachrichten wieder der Energetiker Guide (als Beilage zum Herausnehmen) erschienen. Die Beilage ist natürlich auch online verfügbar. Wir haben als Verein ein Inserat geschaltet, sodass aller Voraussicht nach wieder viele Menschen auf Jin Shin Jyutsu, den Verein, unsere Website UND auf UNS ALLE aufmerksam werden.

Nutzt die Gelegenheit, eure Seiten zu kontrollieren und auf einen optimalen Stand zu bringen. UND – auch wenn das Inserat nur in Oberösterreich erscheint, so sehen die Besucher der Website auch die Einträge aus den anderen Bundesländern. Wir wissen nie, wer gerade an diesem Tag die OÖN liest und feststellt, dass es ganz in der Nähe einen Praktiker, eine Praktikerin gibt! ☺ In diesem Sinne freuen wir uns auf eine breite Wirksamkeit unserer Investition. 🌿

## Jin Shin Jyutsu - Physio Philosophie

Verein Österreich - [www.jsj.at](http://www.jsj.at)



Jin Shin Jyutsu

In uns allen wohnt eine tiefe Kraft, die uns beseelt, den Körper baut und regeneriert. Jin Shin Jyutsu - auch als „Strömen“ bekannt - erweckt unser Bewusstsein, wie wir diese Energie nutzen können, um uns immer wieder auszubalancieren. Anspannungen, ob geistig, emotional oder körperlich, beeinträchtigen den freien Fluss der Lebensenergie. Wir sagen dann: „ich bin nicht in meiner Mitte“, oder „ich bin aus meinem Rhythmus“.

Durch sanftes Berühren bestimmter Bereiche am Körper mit den Händen, können wir in eine tiefe Entspannung finden.

Besonders wertvoll ist das Erlernen der SELBSTHILFE - der Kunst, sich selbst wieder zu mehr Lebensqualität zu verhelfen.

Ausgebildete Jin Shin Jyutsu-Praktiker und Selbsthilfelehrer stehen ihnen in ihrer Nähe gerne zur Seite.

Termine, Informationen zu allen Selbsthilfe-/Praxisgruppen und Kursen erhalten Sie unter

[www.jsj.at](http://www.jsj.at)

Erfahrungsberichte, Vorträge und aktuelle Angebote erscheinen in unserem Newsletter.

## Lebensqualität wieder zurückgewonnen

von Markus Gruber

Ich bin als Gärtnermeister in einem gut eingeführten Betrieb in Retz/NÖ seit 25 Jahren beschäftigt. Durch meine Führungsqualifikation gehören großer körperlicher Einsatz, Stresssituationen und immenser saisonaler Druck zu meinem Arbeitsleben. Ich bin verheiratet, habe zwei Kinder und in meiner Freizeit bin ich bei zwei Vereinen ehrenamtlich tätig. Mein körperliches Leiden war, dass mich seit Jahren ständiges Kopfweh plagte. Mein Tag begann in der Früh bereits mit Kopfschmerzen. Tagsüber kam dann Schwindel und Übelkeit dazu. Sehr oft war ich am Abend froh mich auf die Couch oder ins Bett legen zu können. An Arbeiten im Haus oder an den Garten war oft nicht zu denken. Nach einigem ausprobieren mit verschiedenen Tabletten fand ich die für mich schmerzstillenden Medikamente, die mein Leben erträglich machten. Eine Verwandte erzählte mir schon vor 2 Jahren vom Strömen und dass es ihr schon in vielen Lebenssituationen geholfen hat, physisch und psychisch. Sie kannte meine Situation und wollte mich unbedingt zum Strömen bringen. Alternativmethoden nicht abgeneigt, nahm ich mir trotzdem nicht die Zeit einen Strömkurs zu besuchen. Im Nachhinein ein großer Fehler! In 4-Jahren-leben mit Kopfweh, habe ich alles unternommen, um die Ursache für meine Krankheit zu finden. Von der schulmedizinischen Seite wurde mittels CT-Computer Tomographie, MR-Magnet Resonanz und Röntgen des Kopfes, der Nebenhöhlen und der Halswirbelsäule untersucht. Kombiniert mit fachärztlichen Untersuchungen beim Neurologen, Orthopäden und HNO-Fachärzten. Das Resultat war nach jeder Untersuchung immer wieder frustrierend. Gott sei Dank oder leider wurde kein Auslöser gefunden. Alternativmedizinisch war ich bei ca. 50 Behandlungen.

Fortsetzung Seite 8

Fortsetzung von Seite 7

Angefangen alle Arten von Massagen, Bioresonanz und Cranio Sacral Therapie. Nach jeder Behandlung ging es mir zwar für einige Tage immer besser, aber das zermürbende Kopfwiehkam immer wieder zurück. Es gab Situationen, wenn ich heute daran denke, läuft mir kalter Schauer über den Rücken. Die vielen Abende und oft Wochenenden die ich im Wohnzimmer auf der Couch liegend verbrachte. Meine kleinen Kinder sagten oft schon „Papa hast du schon wieder Kopfwiehk?“ Ich habe mich damit abgefunden, (ich bin jetzt 40 Jahre alt) ein Leben lang Medikamente nehmen zu müssen, um den Tag erträglich zu machen. Vielleicht war ich schon am Rande von Bournout? Die Neugier und ein weiterer Funken Hoffnung trieb mich – heuer im April – zu einem Strömkurs in PULKAU / NÖ.

Die Kursleiterin verstand es mit sehr viel Gespür, Gefühl und Einfühlungsvermögen das Strömen für mich interessant zu machen und uns als Gruppe die einzelnen Ströme näher zu bringen. Überzeugt von der „Sache“ strömte ich 2 – 3 Wochen täglich. Auf einmal merkte ich wie entspannt und relaxed ich alles anpackte. Bereits nach wenigen Tagen hatte ich schon einen kleinen Erfolg erreicht. Voll motiviert stellte ich mir in der Früh den Wecker, um Zeit zum Strömen zu finden. Der Tag begann anders. Irgendwann fühlte ich mich so fit, dass ich die Tablettendosis halbierte. Wenige Tage darauf ließ ich sie komplett weg. Es vergeht mittlerweile kein Tag, wo ich nicht ströme. Das Strömen bietet viele Möglichkeiten es zu tun: in der Sonntagsmesse, im Warteraum beim Zahnarzt – Fingerströmen, im Bett, auf der Couch oder in der Badewanne mache ich es auch. STRÖMEN gehört mittlerweile zu meinem Leben! Ich fühle mich ruhiger, ausgeglichener und geerdeter. Alles verbunden mit einer großen Dankbarkeit. Durchs Strömen habe ich wieder viel an Lebensqualität zurückgewonnen. Ich kann als leidenschaftlicher Gärtner und Florist, viele Momente in meinem Traumberuf jetzt wieder bewusster genießen und erleben. Tiefe Verneigung vor meiner Kursleiterin Andrea Brunner. ☘

## Kraft und Mut durch Strömen

von Irene Albrecht

In den letzten Monaten habe ich mein Therapie-Programm dahingehend verändert, als dass ich nach Therapien, ob es sich um Massagen oder Gelenkskorrekturen handelt, fleißig „nachgeströmt“, habe. Diese tolle Unterstützung hat mir groß teils schneller zur einer spürbaren Besserung verholfen. Auch konnte mit entsprechenden Selbsthilfegriffen für zuhause mehr Stabilität erreicht werden.

Oftmals war es so, dass das aktuelle Problem nicht direkt behandelt wurde, aber ältere Projekte korrigiert wurden. So kam zum Beispiel eine Patientin (58 Jahre), die vom Arzt geschickt wurde, mit chronischen Bandscheibenproblemen. Nach einem ausführlichen Gespräch fing ich an zu strömen. In diesem speziellen Fall konzentrierte ich mich nur auf das Strömen. Insgesamt kam sie 5 Mal. Dann machten wir eine dreiwöchige Pause. Beim nächsten Termin kam sie freudenstrahlend auf mich zu und erzählte mir, dass sie sich für den längst überfälligen Sprachkurs im Ausland angemeldet habe. Sie war ganz happy - da dieser Wunsch schon Jahre in ihr schlummerte . Sie sagte, dass sie die Kraft und den Mut nur durch das Strömen bekommen habe . Ich fragte sie dann wie es dabei ihrem Rücken ginge? „Rücken - ach ja, dem geht es sehr gut. Noch etwas schwach, aber allgemein fühle ich mich wie ausgewechselt.“ Und so gäbe es noch viele tolle Beispiele aus meiner Praxis.

## Internationaler Tag des Jin Shin Jyutsu am 21. Oktober

An einem Tag im Jahr wollen wir uns in besonderer Dankbarkeit an diejenigen erinnern, die uns das Jin Shin Jyutsu näher gebracht haben. Zugleich möchten wir uns verbunden fühlen mit allen Menschen, die verteilt über den Globus die Freude am Strömen mit uns gemeinsam haben. Alle sind herzlich eingeladen, am 21. Oktober in diesem Bewusstsein zu strömen.

Die Kraft dieses Tages kann sich auf vielfältige Weise entfalten. Es ist möglich, für sich allein zu strömen, sich mit Freunden zu treffen oder eine Veranstaltung anzubieten bzw. zu besuchen. Viele widmen sich an diesem Tag den Finger-Mudras, weil ihre Wiederentdeckung als Geburtsstunde des Jin Shin Jyutsu gilt. Doch der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt!

Ein sehr kreatives Projekt bieten Vereinsmitglieder in der benachbarten Schweiz an, das wir auf Seite 5 vorgestellt haben. ☘





# Meine Muttersprache ist Jin Shin Jyutsu

von Hedi Zengerle

*Manchmal geschieht es, dass ich etwas wahrnehme und ins Grübeln komme  
..... weil mich diese Situation grad wieder an universellen Verbindungen und  
Zusammenhänge erinnert, die beim Jin Shin Jyutsu zum Tragen kommen.*

Ich lebe auf dem Lande in einem alten Bauernhaus. Umgeben von saftigem Grün und hohen Bergen. Das schärft meine Sinne und ich mag es, tiefer hinzuspüren, hinzuschauen und hinzuhören.

So auch heute Morgen. Ich liege wach im Bett, es wird hell, die Bergsilhouette ist langsam erkennbar. Deutlich kann ich ein munteres Kikerki hören .... ah, der Hahn von meinem Nachbar wird aktiv. Sobald seine Stimme verstummt ist, ertönt ein weiterer Hahnenschrei in einer etwas tieferen Tonlage. Bevor der letzte Laut verklungen ist, meldet sich ein dritter gefiederter Kollege. Schrill, fordernd und deutlich ungeduldiger. Und zu guter Letzt stimmt ein vierter Gockel seinen Weckruf an, dieses Gekrätze deutet auf einen „pupertierenden“ Hahn hin. Dieses Spiel wiederholt sich zig-male. Bei jedem Schrei meine ich die Stimmen zuordnen zu können: Der Muntere, der Ältere mit der tieferen Stimme, der Ungeduldige und der Jüngling.

Da kommt der Gedanke zu mir: So ist es auch mit Energie, in unterschiedlichen Schwingungsfrequenzen aus ungleichen Kehlen .... und doch ein und dasselbe. Mir gefällt dieses Gedankenspiel und schlage eine Brücke zu den Tiefenqualitäten des Jin Shin Jyutsu, die unterschiedlicher in ihrem Charakter und in ihrer Bedeutung nicht sein könnten .... oh wie liebe ich diese „ahas“. Sie führen mir vor Augen, was der Ausspruch von Mary Burmeister „Makrokosmos ist gleich Mikrokosmos“ alles bedeuten kann. Auch in meiner kleinen Welt sind diese Qualitätsmerkmale der Lebensenergie erkennbar, erlebbar und hörbar. Danke Mary, dass durch Jin Shin Jyutsu meine Sinne bewusst hören, sehen, spüren, fühlen und schmecken können.

„Die Welt ist Klang  
Klang ist Schwingung  
Schwingung ist Energie  
Energie ist Leben  
Leben ist Bewusstsein  
Bewusstsein ist Liebe  
Die Liebe ist der Ursprung allen Seins“

*(aus: „Nada – Brahma. Die Welt ist Klang“ von Joachim E. Berendt)*

# Strömen bei Unge- schicklichkeit – kleine Ursache, große Wir- kung – sehr kraftvoll

von Eva Hackl

Es war wieder einmal soweit. Am Freitagvormittag hatten wir Praxisgruppe und voll Begeisterung und ausführlich hab ich über unsere Betreuerströme erzählt.

Wie immer gab's nach dem theoretischen Teil die wohlverdiente Pause und dann ging's ans Strömen. Anscheinend nicht ganz bei der Sache habe ich beim Auseinanderklappen der Liege einen meiner Finger zur Unzeit bei dem beweglichen Eisenteil platziert und schwups, wurde er so was von eingeklemmt, dass mir die Luft wegblieb.

Es war das erste Fingerglied total betroffen und das Knöchelchen gleich mehr blau als rot... ziemlich heftig. Am Mittelfinger rechts das Ganze, naja, frei von Wut bin ich nicht wirklich, Brustebene, hab da einige Ideen.

Gleich kam der naheliegende Gedanke auf, dass wir da Strömen sollten. Anfangs hab ich mich gewehrt und wurde erfolgreich überstimmt...alle Teilnehmerinnen haben einen hohen Fingerberg auf meinem Weh gebaut, mehr als 5 Minuten schätze ich. Länger war es einfach nicht zum Aushalten, es hat intensivst gepocht.

Und dann hatte ich während der Strömrunden Zeit, mir meinen Finger selbst zu strömen. Mit dem rechten Zeige- und Ringfinger hab ich meinen wunden Mittelfinger verwöhnt. Einfach beide Finger auf diese Stelle am Mittelfinger gelegt, ca. eineinhalb Stunden lang. Es war wirklich unglaublich ... ein kleiner Schatten war noch zu sehen, sonst ist nichts von dem schmerzhaften Spuk übriggeblieben. Kein Eis, keine Umschläge – einfach nur „rechts drauf, links drüber“. Gepocht hat's schon noch und am nächsten Tag war die Stelle vollkommen heil. ☸

# ANKÜNDIGUNGEN

In den nächsten Wochen finden einige Kurse in Österreich statt, bei denen wieder über interessante Themen gesprochen wird.

## TIROL

14. – 16. Oktober 2016  
Themenkurs mit  
Petra Elmendorff



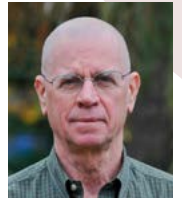
„Kurzgriffe der Organfunktionsenergie - die verschiedenen Ebenen des Jin Shin Jyutsu in den Textbüchern erforschen“

### Informationen

Barbara Unterberger, Tel. 0664/54 33 037  
email: barbara.unterberger@jsj.at  
Brigitte Purner, Tel. 0699/108 09 390,  
email: brigitte.purner@jsj.at

## OBERÖSTERREICH

25. – 29. Jänner 2017  
in Altmünster  
5-Tage-Kurs mit Michael Wenninger



### Informationen

Manuela und Valerian Apuchtin,  
T 0699 888 14 956  
email: manuela.apuchtin@jsj.at

## Generalver- sammlung 2017

Wir laden alle Mitglieder des JSJ Vereins Österreich ganz herzlich zur Generalversammlung 2017 nach Salzburg ein. Alle Mitglieder erhalten noch eine schriftliche Einladung mit der Tagesordnung.

Am **21. Jänner 2017** um **13.30 Uhr**  
im Herzen der Salzburger Altstadt  
„**praxigemeinschaft G15**“,  
Griesgasse 15/2, 5020 Salzburg



## WIEN

Erstmals in Österreich!

Erweiterter 5-Tage-Kurs  
in Wien  
mit Waltraud Riegger-Krause  
2016 : 25. - 27. November 2016  
2017: 17. - 19. Februar,  
17. - 19. März,  
21. - 23. April und  
7. - 9. Juli



Voraussetzung: mindestens 5 5-Tage-Kurse

### Informationen

Eva Hackl, Tel. 01/4858511 oder 0664/4270640,  
email: eva.hackl@jsj.at  
Johanna Urmoneit, Tel. 0676/302 52 70,  
email: johanna.urmoneit@jsj.at

### Für den Inhalt verantwortlich

Jin Shin Jyutsu Österreich, Verein zur Bewahrung, Verbreitung und Ausübung der Kunst des Jin Shin Jyutsu

#### Vereinsleitung Susa Hagen

5110 Oberndorf/Sbg. susa.hagen@jsj.at  
ZVR-Nr. 876777379

### Beiträge von

Irene Albrecht, Manuela Apuchtin, Markus Gruber, Isabella Habsburg, Eva Hackl, Susa Hagen, Iva Herzmann, Jasmine Heßler-Luger, Anna Pisjak, Brigitte Purner, Hedi Zengerle und Tanja Zimmermann

**Gestaltung** Ulrika Krexner



Jin Shin Jyutsu