



Arbeitsitzung.

Was heißt das?

von Manuela Apuchtin

Im Jänner findet jährlich an einem Samstag unsere Generalversammlung statt. Bereits am Freitag davor wird fleißig gearbeitet. Ab 10.00 Uhr treffen sich die „Vorständinnen“ und ab Mittag treffen die OrganisatorInnen aus allen Bundesländern ein. Nach einem gemeinsamen Mittagessen werden die anstehenden Themen gesammelt und Punkt für Punkt besprochen bzw. abgearbeitet bzw. diverse Aufgaben verteilt. Da kann es schon vorkommen, dass die



v.l.: Brigitte Rein, Manuela Apuchtin, Johanna Urmoneit und Brigitte Purner falten Finger-Zehen- bzw. Zentralstromkarten. © Manuela Apuchtin

Köpfe zu „rauchen“ beginnen. Dieses Miteinander in der Gemeinschaft ist für mich jedoch immer wieder sehr motivierend und ich bin erstaunt und begeistert, wie produktiv wir an diesen Wochenenden sind (welche Punkte erarbeitet wurden, könnt Ihr im Protokoll zur Jahreshauptversammlung nachlesen). Mit dem gemeinsamen Abendessen klingt der Tag normalerweise aus und am Sonntag geht's mit dem Frühstück weiter in die nächste Runde (bis am Nachmittag die Generalversammlung mit vielen weiteren Gästen beginnt). Weil ein paar Tage vor dem Wochenende diverse neue Drucksorten geliefert wurden, haben wir beschlossen, am Freitag auch die Abendstunden noch zu nutzen. Auf dem Foto seht ihr nur einen Teil des Teams. Brigitte, Johanna, Brigitte und ich sind dabei, die Finger-Zehen-Strom- und die Hauptzentralstrom-Karten mit geschnittenen Papierstreifen in 10er-Päckchen zu sortieren bzw. die Mappen – die parallel von Johannes, Valerian, Barbara und Barbara am großen Küchentisch gefaltet wurden – zu bestücken. Ein bisschen hatten wir das Gefühl von Fließbandarbeit und trotzdem hatten wir Spaß dabei. Sei das Lächeln, sei das Fallenlassen Deiner Schultern war die Devise. Mal sehen, welche Aufgaben uns im nächsten Jahr erwarten! ☺ 🌸

KURSE - TERMINE

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!

Generalversammlung 2017

von Susa Hagen

Auf diesem Wege möchte ich mich noch einmal bedanken bei allen, die am Samstag, dem 21. Jänner dabei waren. Jeder hat viel zu tun, es ist Wochenende, dann die liebe Familie ...

Und dennoch: jedes Jahr nehmen sich Mitglieder Zeit, um ihr Interesse für unsere Arbeit auszudrücken und in Kontakt mit uns zu treten.

Manche möchten sich informieren, andere kommen auch mit konkreten Fragen und Anliegen. Sinn der Generalversammlung ist ja die Offenlegung der Finanzen, Berichte über die Aktivitäten während des Jah-

Fortsetzung Seite 2

res, was tut sich in den Bundesländern und welche Projekte sind für das kommende Jahr geplant. Da wir ein gemeinnütziger Verein sind, sind wir rechtlich verpflichtet, im Rahmen der jährlichen Generalversammlung Transparenz zu wahren. Die Inhalte könnt ihr dem Protokoll entnehmen. Für alle, die für den Verein kostenlos Zeit und Energie aufbringen, wäre es wirklich trostlos, wenn wir an diesem Tag alleine dasitzen. Ich möchte eine Anregung von Silvia Thaler aus Tirol aufgreifen und nächstes Jahr am Samstag etwas früher beginnen, damit wir mehr Raum haben für Austausch und den geselligen Teil. Eventuell auch die Möglichkeit des gegenseitigen Strömens wurde mehrmals vorgeschlagen wenn man schon eine weite Anreise auf sich nimmt.

Das kann ich gut verstehen und somit werden wir uns für 2018 etwas einfallen lassen. Wenn ihr Anliegen habt, dann könnt ihr diese auch während des Jahres an mich senden oder mit den Organisatoren der Ausbildungskurse kommunizieren. Wir sind gut in Kontakt und im Sommer gibt es ein Arbeitstreffen des Vorstandes.

10 JAHRE VEREIN JIN SHIN JYUTSU ÖSTERREICH !!!!! Leute, das wird gefeiert werden !

Die Tiroler Gruppe vor Ort ist emsig am Planen und ihr könnt schon gespannt sein, wenn im nächsten Newsletter die Einladung ins Haus flattert.

Es wird eine große Sache - und ich hoffe, dass VIELE kommen werden.

Ich zähle auf Euch ☺

Frühlingsgrüße aus Salzburg, Eure Obfrau

Susa Hagen 🌸

JSJ Österreich goes Facebook! mit Melanie Knünz

Die leidenschaftliche Reiterin und Pferdeliebhaberin aus Vorarlberg lebt seit über zehn Jahren in Innsbruck. Nach dem Diplomstudium der Psychologie und dem Doktorat in Germanistik blieb sie in der Alpenstadt hängen. Und da wo sie ist, sind auch ihre Tiere. Wenn sie nicht gerade mit ihrer Australian-Shepherd-Hündin Arwa in den Bergen unterwegs ist, ist Melanie bei ihren zwei Pferden, ihrer Trakehnerstute Iman und ihrem Polnischen Warmblutwallach Cento. Ihr langjähriger pferdischer Partner Ronnie genießt seine Pension in Vorarlberg auf dem Hof ihres Vaters.

Durch Brigitte Purner kam sie vor mehreren Jahren zu Jin Shin Jyutsu, übte es lange Zeit nur an sich selbst aus. 2015 kam dann in logischer Folge der erste Jin Shin Jyutsu Kurs für Tiere in der Schweiz bei Adele Leas dazu, 2016 dann gleich der zweite. JSJ bei Pferden und anderen



Tieren anzuwenden, bescherte ihr schon viele schöne Momente und bestätigte sie in ihrer Profession mit Pferden als Reitlehrerin und Reithérapeutin. Wenn sie nicht im Sattel sitzt oder stundenlang am Reitplatz steht, lektoriert und korrigiert sie Texte in ihrem Unternehmen Text:Quell.

Sich um die Facebook-Seite von Jin Shin Jyutsu Österreich zu kümmern, vereint all ihre Passionen, und sie freut sich auf spannende und interessante Begegnungen in der Welt des Internets! 🌸

Eine neue Bleibe

von Valerian Apuchtin

Nach sechs Jahren Jin Shin Jyutsu 5-Tage-Kurse am Seminarort Altmünster war es an der Zeit etwas zu verändern.

Das Jahr 2017 ist genau der richtige Zeitpunkt dafür. Numerologisch betrachtet ergibt 2017 in der Quersumme die 1. Diese steht für Neuanfang, Vorwärtsschreiten und Loslassen. Altmünster ergibt ebenfalls 1 in der Quersumme. Das Kloster PUCHHEIM ist in der Stadt Attnang angesiedelt. Lassen wir auch hier die Numerologie ins Spiel kommen, dann ergibt Attnang die Quersumme 5 – Erneuerung, Veränderung und Puchheim die Quersumme 9, Ende eines Zyklus, Beginn des Neuen. Ist das nicht eine tolle Konstellation? Bereit, in diese Energie einzutauchen, durften wir heuer in der Zeit vom 24. – 29. Jänner an die 50 Teilnehmer zum 5-Tage-Kurs mit Michael Wenninger begrüßen. Michael leitete uns mit Spaß und Souveränität durch die Tage. Wir Teilnehmer hingen förmlich an seinen Lippen! ☺ Neben dem zusätzlichen Angebot des



täglichen Körperlesens vor Kursbeginn bot Michael uns auch eine tägliche Kurzmeditation an. Um 7:15 Uhr. Viele der Teilnehmer nutzten diese Chance so früh am Morgen und Michael bot uns interessante Einblicke in seine langjährigen Meditationspraxis und motivierte uns zu den täglichen 10 Minuten auch im Alltag. Für all jene, die so früh noch nicht dabei sein konnten, bot er auch nach dem Kurs um 17:15 noch einmal eine Meditation an. Jeder, der wollte, hatte also die Chance, zusätzliche Inspirationen mitzunehmen.

Als Organisatoren sind wir dankbar und zufrieden mit dem Verlauf des Kurses und der neuen Lokation. Ein großer Dank geht hier natürlich wie immer auch an alle Teilnehmer, die uns mit einer Liege bzw. mit VIELEN köstlichen Kuchen unterstützt haben. Auch Michael erfreute sich an unserer Österreichischen „Kuchen-Kultur“! ☺

Auch den Mitarbeitern und Bewohnern des Klosters bzw. dem Team des Bildungszentrums Maximilianhaus sei hier gedankt. Für sie waren wir alle und auch Jin Shin Jyutsu neu. Es ist bestimmt nicht ganz alltäglich, dass bei einer Veranstaltung mit 50 Teilnehmern alles so harmonisch abläuft. Nachdem der zweite Raum, in dem wir die Liegen aufstellten, ziemlich knapp war, durften wir im Kloster sogar die deutlich geräumigere Kapelle nutzen. Ein wunderschöner Raum, der uns einen edlen Rahmen für „Hands on“ bot.



Ein kleiner Wermutstropfen: leider mussten 18 Teilnehmer auf der Warteliste bleiben. Jin Shin Jyutsu erfreut sich immer größerer Bekanntheit. Wir haben wunderbare Lehrer. Das heißt, die Nachfrage steigt. Wir empfehlen daher allen Interessenten in Zukunft an eine etwas frühzeitigere Anmeldung. Natürlich hilft das auch uns Organisatoren, dem Seminarhaus und anderen Vermietern.

Somit noch einmal DANKE an alle und bis zum nächsten Wiedersehen! ☺

www-Nachrichten

... was Wuffs wollen

von Isabella Habsburg

„Also ich bin Florentina und ein Dackel! Da ich nun schon älter bin, ist mir am aller wichtigsten gutes Fressen, Schlaf und kraulende Hände. Strömen halte ich nach wie vor für Luxus – außer ich habe mich überfressen oder Frauchen konnte mir eine Köstlichkeit oder Grausigkeit (je nach Sichtweise) in freier Wildbahn nicht entreißen. Sprich das Resultat sind Magen- oder Darmkrämpfe. Ich muss zugeben, da ist Strömen schon eine Wohltat, wenn Schmerzen und Übelkeit nachlassen. Vielleicht mag Dein Hund aber auch regelmäßige Wohlfühl-Zeiten und dafür gibt bald einen **Kurs für Mensch & Hund** bei meiner Isabella.“



Organisation und Anmeldung:

20./21. Mai 2017

NÖ 2620 Wartmannstetten bei Wr. Neustadt

Kursleitung Isabella Habsburg

+43 676 9428272, isabella.habsburg@jsj.at

Strömen und Wandern

von Monika Fiechter-Alber

Anlässlich des Jubiläumsjahres 2017 “20 Jahre JSJ in Tirol” wird es im August wieder „Strömen und Wandern“ in den Tiroler Bergen geben. Wir werden vier Tage in wunderschöner Umgebung in einem Haus oberhalb von Tulfes verbringen und dabei auftanken für Leib und Seele.



Zeit

25. – 29. August 2017

Anreise ist am Freitag ab 17.00 Uhr und wir enden am Dienstag nach dem Frühstück.

Ort

Haus Gufl am Tulfenberg, Infos unter www.gufl.at

Kosten

vier Tage Unterkunft und Verpflegung

(¾ Pension: Frühstück, Abendessen vegetarisch und Jause am frühen Nachmittag) ca. 200 €

Den Tag werden wir je mit einem meditativen Einstieg und Strömen (als Selbsthilfe) beginnen. Nach dem Frühstück strömen wir uns gegenseitig. Dann gibt es freie Zeit mit der Möglichkeit zum Wandern und am späten Nachmittag strömen wir uns ein zweites Mal gegenseitig. Die Abendgestaltung ist noch offen.

AKTUELL

Hedi Zengerle

Liebe Jin Shin Jyutsu – Freunde! Kurz vor den Osterfeiertagen darf ich euch unseren „Frühlings-Newsletter“ senden. Ich bin begeistert, welche spannenden Erfahrungen wieder in meinen Postkasten geflattert sind. Lasst euch inspirieren von diesen Geschichten, und legt eure „Starthilfekabel“ (wieder) regelmäßig an. Es tut sooo gut!

Herzlichen Dank an alle, die mit ihrer Geschichte einen wesentlichen Beitrag zu unserem Newsletter geleistet haben UND auch schon wieder die Bitte um neue Erfahrungsgeschichten/Fotos an all unsere Leser für die nächste Ausgabe! Zuschriften bis spätestens **5. Juni!** DANKE!

Hedi Zengerle (hedi.zengerle@jsj.at)

Voraussetzung

mind. ein 5-Tage-Kurs. Restplätze vorhanden!

Anmeldung

Monika Fiechter-Alber

Tel: 0676 4240290

E-Mail: fiechter.alber@gmail.com

Wir freuen uns auf die gemeinsamen Tage!

Brigitte und Monika

2017 = 10 = das Jahr der Fülle

von Waltraud Weiß

Ich werde immer mehr
nehme täglich zu
vermehre meinen Reichtum
genieße meine Fülle
Ich werde immer sicherer
immer reicher
immer gläubiger

Ich werde Sommer
im Frühling
und Herbst im Sommer
und der Winter schenkt mir die Sehnsucht
auf das ewig Neue in mir
auf den Frühling der Neuerscheinungen

Ich werde und werde und
nehme zu
und fühle die Fülle täglich neu
und beginne den Reichtum zu genießen
im Schenken des Überflusses

Ich werde immer stärker
im Glauben an die Liebe
im Wissen dessen, der mich kennt
im Begreifen auf dem guten Weg zu sein
und fröhlich
im Dank des abendlichen Wohlseins
erkannt zu haben
wie reich ich bin
wie ich mich täglich sättige
und genieße
dass auch die Pfunde des Alltags
Funde des Glückes sind



Bilderquelle: <http://www.foto-tricks.com>

Strömen in jedem Alter

von Irene Albrecht

Eine Klientin hatte nach einer Entzündung der Bauchspeicheldrüse – ausgelöst durch einen Gallenstein – einen längeren Krankenhausaufenthalt vor sich. Der Arzt meinte, es könnte bis zu 4 Monaten gehen. Ich strömte meine Klientin am Krankenbett und sie strömte täglich ihre Jin Shin Jyutsu Selbsthilfe. Die Entzündung ging zurück und nach 3 Wochen konnte sie nach Hause entlassen werden. Da staunte der Arzt zum ersten Mal. 14 Tage später wurde sie operiert und die Galle entfernt. Einen Tag danach saß sie schon wieder am Tisch und stricke munter an ihren Socken weiter, 48 Stunden darauf wurde sie mit der Bemerkung entlassen „... sie müssen erstaunlich gutes Blut haben. In solchen Fällen sind die Patienten meistens zwei Wochen bei uns“. Die Frau schmunzelte und sagte, dass das vielleicht stimmt, aber sie mehr den Erfolg dem Strömen zuordnen würde.

PS: Die Klientin ist 82 Jahre und begeisterte Strömerin.

JSJ Österreich goes Facebook!

www.facebook.com/JSJOesterreich

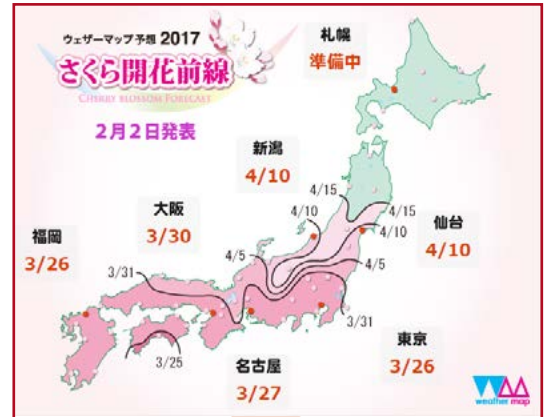
Schreib uns deinen Eindruck zu
unserem Start in die Social Media
Welt ☺!

▶ ▶ melanie.knuenz@jsj.at

Japan Kolumne II - Sakura no hana

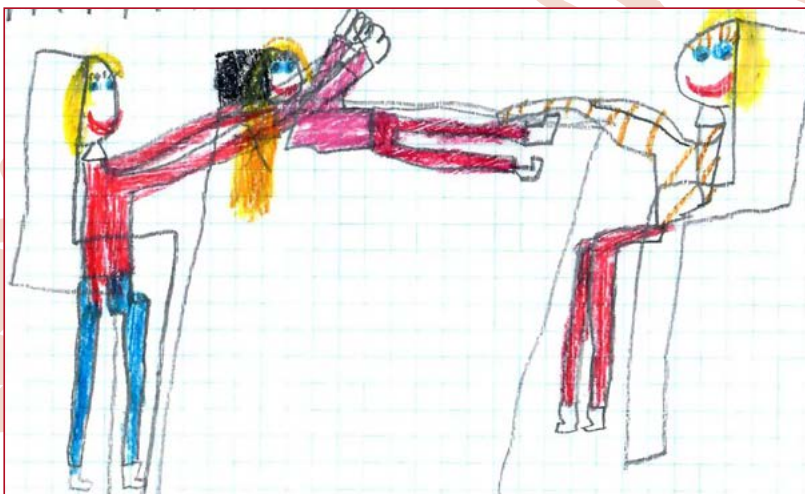
von Sophie Voss

Die Kirschblüte (jap. Sakura no hana) ist in Japan ein Symbol für Ästhetik, Schönheit und Vergänglichkeit. Im Fest „Hanami“ (wörtlich: Blüte sehen) wird es in ganz Japan, vor allem in den Städten, gefeiert. Da die Obstblüten, wie bei uns auch, nur wenige Tage blühen und danach verwelken, werden viele Anstrengungen unternommen, den genauen Blütezeitpunkt im Voraus zu berechnen. Schließlich wollen viele Japaner bei der Blüte unter den Bäumen bei einem Picknick mit Familie, Freunden oder Kollegen zusammensitzen. Bereits Ende Januar gibt es erste Voraussagen zum genauen Zeitpunkt. Dabei ist zu bemerken, dass die Blüten zu unterschiedlichen Terminen in Japan blühen. Das lässt sich durch die verschiedenen Landschaften, ihre Lage und Klimazonen auf der Insel Japan erklären. Die Blüten ziehen sich wie eine Linie durch Japan (vom Südwesten nach Nordosten), was als „Kirschblütenfront“ bezeichnet wird. Auf der Vorhersage (siehe Bild) blühen die Kirschbäume in diesem Jahr vom 25. März bis zum 15. April. Diese Zeit ist auch eine beliebte Urlaubszeit in Japan. Es gibt inzwischen auch viele Touristen, die den Blüten hinter her reisen. Die Webseiten mit den Kirschblüten-Hochrechnungen werden von vielen Japanern regelmäßig im Internet besucht. Die Freude rührt auch daher, dass die Gewissheit besteht, dass nun der kalte Winter wirklich vorbei ist. Inzwischen gibt es in vielen Ländern von Japanern „importiert“ das Kirschblütenfest. Es lohnt sich in der Presse oder im Web nach so einem Fest Ausschau zu halten. In meinem Japanischkurs lernte ich gleich in der ersten Lektion die Wörter für Pfirsich-, Kirsch- und Pflaumenblüte. Für die es in Japan auch Hochrechnungen zur Blüte gibt. Beim Stichwort „Obstblüte“ fällt mir ein, dass mein Vater, der Imker ist, früher seine Bienenvölker zu den Obstbäumen fuhr. Die Bienen sammelten den Nektar für den Blütenhonig und garantierten so eine hohe Bestäubungsrate. Und dann noch eine andere Geschichte, die mich innerlich immer wieder schmunzeln lässt. Vor ein paar Jahren bei einem Spaziergang traf ich eine junge japanische Studentin und sie war richtig glücklich über die roten Rosskastanienblüten. Sie fotografierte und tanzte durch die Blütenblätter, die bereits abgefallen waren, obwohl es gar keine Kirschblüten waren. Wir genossen auch die Blütenpracht und die warme Sonne, aber so wie sie, freute sich keiner der Spaziergänger, die durch die Kastanienallee liefen. ☘

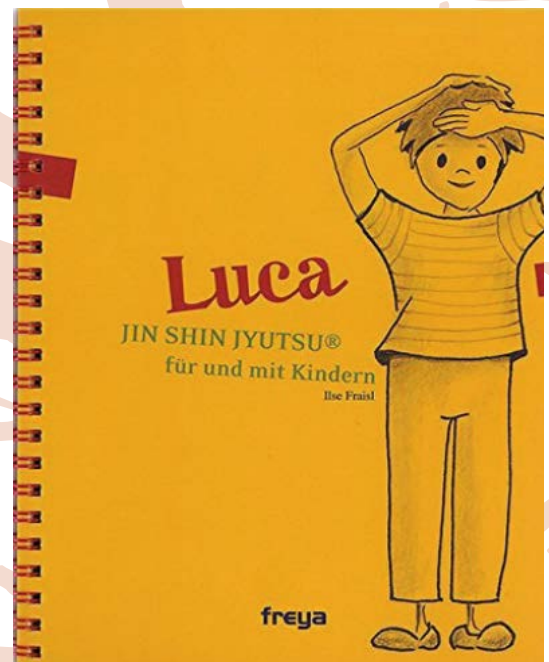


Quelle: <http://sakura.weathermap.jp/vom 2.2.2017>

Jin Shin Jyutsu - für und mit Kindern



Viele Kinder lieben es, geströmt zu werden. Diese tolle Zeichnung hat mir ein Mädchen gemalt. *Hedi Zengerle*



Jin Shin Jyutsu mit und für Kinder - Buch inkl. CD um 19.90 Euro im Freya Verlag!

ANKÜNDIGUNGEN

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

& 10 Jahre Verein JSJ Österreich
20 Jahre JSJ Vorarlberg und Tirol

»HANDS ON«
JIN SHIN JYUTSU
SYMPOSIUM 2017
22.-23. SEPTEMBER IN THAUR/TIROL

2 Tage Informatives und Praktisches zur Gesundheitsprävention

Gastvortrag **Prof. Dr. Christian Schubert**
„Psychoneuroimmunologie: von der Biomedizin
zur Ganzheitsmedizin – ein steiniger Weg“.
Autor des Buches „Was uns krank macht - Was uns heilt“



Impulsvorträge u.a. von Hedi Zengerle und Mona Harris, Workshops, sich strömen lassen, Videos, ...
SEI DABEI - Detailliertes Veranstaltungs-Programm und online-Anmeldungsmöglichkeit
auf www.jsj.at folgen in Kürze!

WIEN

5 – 7. Mai 2017
Themenkurs
„Die Philosophie der Beziehungen“
mit Michael Wenninger



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

VORARLBERG

24. – 28. Mai 2017
in Dornbirn
5-Tage-Kurs
mit Waltraud Riegger-Krause



Informationen

Hedi Zengerle, +43 (0) 664 45 32 490
hedi.zengerle@jsj.at
Brigitte Rein, + 43(0) 664 44 71 652
brigitte.rein@jsj.at

Für den Inhalt verantwortlich

Jin Shin Jyutsu Österreich, Verein zur Be-
wahrung, 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, Valerian
Apuchtin, Isabella Habsburg, Susa Hagen,
Monika Fiechter-Alber, Melanie Knünz,
Sophie Voss, Waltraud Weiß und Hedi
Zengerle

Gestaltung Ulrika Krexner



Jin Shin Jyutsu