



Jin Shin Jyutsu

JIN SHIN JYUTSU

Edition 47 / Mai 2022 www.jsj.at Herausgeber: Verein Jin Shin Jyutsu Österreich

Aus dem Inhalt

<i>Enns in einer anderen Welt</i>	2
Strömen verändert alles	3
<i>Intensiv-Ström-Kur</i>	3
Energieexplosion	4
<i>Strömtage in Salzburg</i>	5
Endlich wieder in Präsenz	6
<i>Strömen und Wandern in den Tiroler Bergen</i>	7
Jin Shin Jyutsu auf der Hütte – mit darauf abgestimmten Getränken	8
<i>Ich ströme Warzen</i>	9
Was ist ein Zungenbein?	10

<i>Der erweiterte 5-Tage-Kurs</i>	11
We Are One	12
<i>Ein Strömerlebnis</i>	12
Strömen beim Gesundheitstag »Aktiv und Gesund«	13
<i>Neuaufgabe Kinderströmbuch Luca</i>	14
Jahresvorschau	15



„Aha“ heißt, Himmel und Erde sind verbunden.
Mary Burmeister, aus »What Mary Says, ...«

Enns in einer anderen Welt

Ein Rückblick auf das Lehrerinnen- und Praktikerinnen-Treffen am 26. März 2022

von Doris Grellmann

Im Anfang war die Ausschreibung: Wie schon so oft, hatte ich in Absprache mit einigen Praktikerinnen rechtzeitig den Raum reserviert. Den Termin hatten wir bereits beim vorangegangenen Treffen festgelegt. Mündlich war der Termin bereits von einigen bestätigt worden. So schrieb ich die Einladung und bereitete das Programm vor. Ein paar Tage später wurde ich unsicher. Nur vier Teilnehmerinnen hatten sich angemeldet...

Ich bat den göttlichen Spirit um klärende Hilfestellung. Dafür brauchte es meine Aktivität. Ich setzte mich hin und schrieb alle noch einmal einzeln mit persönlichen Worten an. So erfuhr ich von den Befindlichkeiten der einzelnen und gewann so ein Verständnis und Einfühlung. Und alsbald meldeten sich einige an, sodass ich von der Planung in die Umsetzung wechseln konnte. Die Energie, die in der Vorbereitung bei mir zu spüren war, übertrug sich in die Gruppe: Wir trafen uns um 10 Uhr und schon bei der Begrüßung empfand ich eine große



Freude, die Menschen wieder in Präsenz zu sehen. Wir begannen mit einer Atemübung, meditativen Bildern und Sätzen aus dem Buch »What Mary Says« sowie

Klangschalentönen, die uns Sabine Diener-Fröhlich schenkte. Wir spürten Stille und Einheit. Um 13 Uhr war das gemeinsame Mittagessen angesagt. Alle halfen

zusammen, die mitgebrachten Speisen aufzutischen und im Anschluss zu genießen. Nach diesem besonderen Festmahl stellten wir fest, dass keiner den runden Tisch

verlassen wollte. Wir gingen also langsam zu Kaffee und Kuchen über und tauschten uns aus. Die Lebendigkeit und Fröhlichkeit des Miteinanders war eine gute Vorbereitung für das einstündige Selbstströmen. Zum Abschluss las ich wieder einige Sätze zur 6. Tiefe aus »What Mary says« vor und Sabine spielte intuitiv die Klangschalen. Dann passierte etwas, das schwer zu beschreiben ist: Es war Mühelosigkeit, tiefe Stille und das Gefühl, dass die Gruppe in eine andere Welt gehoben wurde. Jede/r erlebte das anders. Für mich war es eine Gnade, sozusagen auf den Tönen in eine andere Welt zu reisen, die voller Liebe, Dankbarkeit und ICH BIN ist. Danach saßen wir still beisammen und niemand hatte das Bedürfnis, etwas zu sagen oder zu tun. SEIN!

Zum Abschluss bildeten wir wieder einen Kreis und beschlossen, für den Juli das nächste Treffen mit dem Thema »MILZ-Energie – 1. Tiefe« vorzubereiten. Zu viert machten wir noch einen Spaziergang machten und plauderten

entspannt in einem Gastgarten bis 20 Uhr.

Ein erfüllter, glücklicher, inspirierender und entspannter Tag! Ich danke allen für die gemeinsame Erfahrung, Spirit durch uns fließen zu lassen und Jin Shin Jyutsu mit dieser Liebe in die Welt zu tragen und so zur Balance beizutragen. ES möge Segen SEIN. ✨



Das Schwere harmonisieren

Im Rahmen des »Monatsendeströmens«, das sich die Tiroler JSJ-Praktiker entweder vor Ort – oder seit Corona-Zeiten online – am letzten Freitag des Monats gönnen, stellte Ulli Jenewein ihre Methode, mit beschwerlichen Dingen umzugehen, vor. Sie nahm das Wort »Corona«, ordnete den Buchstaben Energieschlösser zu und begann strömend die Schwingung dieses Worts zu verändern: Aus all dem Belastenden, das Corona war, entstand etwas Positives. Probiert es aus. (SH)

Strömen verändert alles

von Ulli Jenewein

C O R O N A
3 15 18 15 14 1

3 Wir öffnen die Tür für Verständnis, für ein gutes Dasein und Mit-einander im Innen und Außen.
15 Damit wir in Freude, Liebe und Lachen dem Leben den notwendigen Raum geben und alles fließen kann.
18 Sodass wir mit einem offenen Bewusstsein für unseren Körper sorgen, und unsere Zellen durch unseren Atem harmonisieren und erneuern.
15 Um erneut die Freude und das Glückliche zu fühlen, zu spüren und zu leben.
14 Dann fühlen wir uns genährt und gestärkt und erkennen, was MENSCH wirklich braucht.
1 Und so können wir in dieser Urkraft mit unserem Urbeweger neue Wege beschreiten, mutig in Kommunikation gehen und neue Prozesse in Gang setzen. Alles im Leben strebt nach Bewegung ... Die 1 gibt uns den Anstoß zur Handlung.

Intensiv-Ström-KUR

vom 21. bis 25. September 2022

von Barbara Gastager

Im wunderbaren Almenland der Teichalm liegt die Raith-Hütte. Sie ist gut mit dem Auto erreichbar, und es gibt dort zwei vollständige Wohneinheiten mit komplett ausgestatteter Wohnküche. Es steht daher dem Selbst-Kochen nichts im Wege – bitte gerne also die Verpflegung mitnehmen. Zirka 15 Minuten Gehzeit entfernt liegt der Angererwirt, der gute Hausmannskost führt, aber auch Vegetarier anständig verköstigt. Direkt von der Raith-Hütte aus sind mehrere Wanderwege gut zu begehen, beispielsweise ist der Teichalmsee fein und einfach zu erwandern. Du bekommst zwei Strömsitzungen pro Tag, jeweils eine vormittags und eine nachmittags. Dazwischen steht ausreichend Zeit für Kochen, Ruhen, Wandern, In-sich-hinein-spüren zur Verfügung – was du gerade brauchst und was für dich wichtig ist.

Info:
Max. 4 Teilnehmer*innen
Räumlichkeiten: ein Zweibettzimmer und Einzelzimmer
Raith in der Steiermark
Kosten: 500,- Euro
Mit DGKS und JSJ-Praktikerin



Wir alle, die Jin Shin Jyutsu seit Jahren an uns und anderen (aus)üben dürfen, wussten, dass uns das Geströmt-Werden fehlt. Jedoch wie sehr, das wurde mir beim 5-Tage-Kurs mit Martina erst so richtig bewusst! Ja, wir haben Selbsthilfe. Ja, wir haben uns online getroffen. Ja, wir haben Online-Kurse gebucht – manchmal regelrecht konsumiert (da nehme ich mich nicht aus). Wir haben in den vergangenen zwei Jahren erlebt und gespürt, dass wir uns auch online in ein starkes, gemeinsames Feld einklinken können, das so unglaublich spannend und fast schon greifbar war. Eine geniale Erfahrung, die uns in diesen ungewissen Zeiten ungemein geholfen und uns gezeigt hat, was noch so alles möglich ist und dass da tatsächlich noch mehr ist als die physische Welt. Ok, wir wussten das ja, aber es dann nochmal „in echt“ und wirklich zu erleben, war schon toll.

Aber wie viel intensiver war es dann, bei der

**„Ein kräftiges Energiefeld
in wenigen Sekunden...“**

ersten Strömrunde in Martinas Kurs „Hand anlegen“ zu dürfen. Ich war in unserer 3er-Runde an der Liege nicht die erste, die ge-

Energieexplosion

Nach zwei Jahren Pandemie endlich wieder strömen und geströmt werden von Margit Kopp

strömt wurde. Ich habe geströmt. Was soll ich sagen? Es hat sich im Seminarraum in Sekunden ein Energiefeld aufgebaut, das unbeschreiblich war. Ich saß da und war



wie aufgesogen von diesem „Etwas“, das entstand. Die Energie und unser Tun potenziierten sich und kreierte einen Raum der ganz anderen Art, der kaum zu beschreiben ist. Wir konnten loslassen – endlich! Nach zwei anstrengenden, herausfordernden Jahren, in denen ich mich immer wieder gefragt habe, was machen bloß all die anderen Menschen auf dem Planeten, die Jin Shin Jyutsu nicht kennen, nicht anwenden oder keine ähnliche Unterstützung erfahren? Ich strömte also erstmal „nur“, aber ich nahm dennoch wahr, wie auch ich gleichzeitig mitgeströmt wurde und ich allumfassend Harmonisierung er-

**„Wir konnten
loslassen – endlich!“**

fuhr. Wir hörten oft und dachten zu wissen, dass das so ist, dass wir in dieser wunderbaren Harmonie sitzen und auch immer etwas hiervon „abbekommen“. Jemanden zu strömen, war und ist für mich immer wie eine Meditation. Allerdings war es diesmal doch intensiver und spezieller.

Nach fünf Tagen des Strömens und Geströmtwerdens in diesem Kurs spürte ich die Leichtigkeit des Geistes, des Körpers und der Seele, die ich schmerzlich vermisst hatte. Ich wusste nun, wie sehr mir dieses gefehlt hatte

und wie sehr alle Ebenen in Disharmonie waren. Ich habe funktioniert, klar – aber irgendwie.

Jedoch nicht nur Jin Shin Jyutsu durch andere an sich selbst wieder zu erfahren war genial. Einen Präsenzkurs genießen zu dürfen, viele vertraute Menschen wiederzusehen, neue Gleichgesinnte kennenzulernen oder sich in den Pausen und beim

„Wir brauchen Berührung.“

gemeinsamen Mittagessen auszutauschen, ist so besonders und nicht zu toppen. Wir haben einen Körper, der mit vielen Sinnen ausgestattet ist, der Berührung und Begegnung braucht. Natürlich können wir uns auch in den feinen Feldern und Welten der Energien bewegen, wir müssten andere beim Strömen nicht einmal berühren, aber wir leben in einem wunderbaren Tempel, den es zu hegen und zu pflegen gilt, und der Berührung braucht wie die Luft zum Atmen. Wie wunderbar, dass uns hier Jin Shin Jyutsu so umfassend unterstützen kann! Vor allem, wenn wir die Möglichkeit haben, das gemeinsam bei einem Präsenzkurs zu erfahren, uns hierbei so noch mehr ausprobieren zu können, unser Wissen in Leichtigkeit erweitern zu dürfen und un-

mittelbar erfahren/begreifen, was mir die Pulse des anderen erzählen, wie seine Energie fließt, wie sie sich jetzt anfühlt, wie im nächsten Moment, was sich unter meinen Händen verändert und wie und warum? Sensationell!

Ja, die virtuellen Welten mit ihren Möglichkeiten sind faszinierend und eine tolle Sache, Dinge neu zu erfahren, zu denken und zu nutzen. Lassen wir uns darauf ein. Aber wie sehr benötigen wir zu unserer Balance auch das körperliche, sinnliche Fühlen, Beobachten, Erleben an unseren wunderbaren Körpern, die uns unser Dasein in menschlicher Form auf unserem Planeten ermöglichen. Das haben die vergangenen Jahre durch ihre diversen Ein- und Beschränkungen verdeutlicht und mir persönlich eindrücklich vor Augen geführt. Ich werde mir natürlich ab und an ein Webinar vom anderen Ende der Welt gönnen, freue mich allerdings umso mehr auf die nächsten Begegnungen mit vielen Jin-Shin-Jyutsu-Begeisterten in der physischen Welt der Präsenzkurse. ☘



Strömtage in Salzburg

von Susa Hagen

Wie geht »Gutes Leben«?

Zum Beispiel so:

Jin Shin Jyutsu genießen

mit Freunden kochen

Zeit für Gespräche

Singen und Spielen ...

Seit einigen Jahren kreieren die TeilnehmerInnen der Strömgruppen in Salzburg gemeinsame Tage, die eine Mischung aus Urlaub und Strömkur sind. Im Haus von Susa Hagen ist OPEN HOUSE für alle, die Gemeinschaft und Jin Shin Jyutsu erleben wollen. Es gibt verschiedene Angebote über den Tag verteilt, und es steht jedem frei, den Tag selbst zu gestalten. Morgens wird in Stille MEDITIERT, dann werden die MUDRAS gehalten.

Gertraud wird uns wieder in die Welt der KLÄNGE und OBERTÖNE einladen, und vielleicht kommt noch die eine oder andere musikalische Überraschung von anderen Teilnehmerinnen dazu.

Für den darauffolgenden Brunch, der bei Schönwetter unter dem Walnussbaum im Garten stattfindet, kann jeder, der möchte, etwas beisteuern, und es wird bestimmt auch dieses Mal wieder ein Gaumenschmaus.

Anschließend wird gegenseitig geströmt (...das formiert sich ganz von selbst).

Wer mag, kann abends noch zum Essen bleiben.

Egal, ob alle fünf Tage oder nur einen Tag, ob vormittags oder nur am Nachmittag – jeder nach seinen Möglichkeiten und Bedürfnissen. Und: ... alle sind willkommen! Das Leopoldskroner Schwimmbad ist ganz in der Nähe und die Altstadt ist gut mit Bus oder Rad zu besuchen.

Wenn ihr euch angesprochen fühlt und Interesse habt, auch zu kommen, dann meldet euch bitte bei: Susa Hagen +43 664 444 61 07

Auch bei den Unkosten sind wir kreativ – Wir freuen uns über eine Spende für's Haus! Mit herzlichen Grüßen aus Salzburg ☘

STRÖMTAGE IN SALZBURG

15.–19. August 2022

Georg-Nikolaus-von-Nissen-Straße 7
5020 Salzburg

Endlich wieder in Präsenz, jahhh!
Herrlich.

Eine geglückte Planung im Strudel von Corona-Regeln, Online-Angeboten und einem sehr kooperativen Seminarhotel Schwartz, mit Organisatorinnen, die unbedingt wieder einen Präsenzkurs abwickeln wollten und einer Lehrerin, die zu allem bereit war

Warum ist Präsenz so wichtig?

Hierzu hat Margit einen wunder-

baren Text geschrieben, der durch seine Länge und Ausdruckskraft nun einen eigenen Stellenwert im Newsletter bekommen soll.

Wie wichtig Präsenzkurse sind, sieht man auch daran, dass Teilnehmer einen sehr weiten Weg,

zum Beispiel aus der Schweiz oder Norddeutschland, auf sich nehmen, um dabei sein zu können.

Kursplanung in Corona-Zeiten

Aus meiner Sicht als Organisatorin war dieser Kurs eine schwierige

Geburt, denn er war durch sich laufend ändernde Corona-Regeln überschattet. Ich habe bisher noch nie (in 18 Jahren) so viel mit der Lehrerin, dem Hotel und den Angemeldeten telefoniert oder per Mail immer wieder abgestimmt

Endlich wieder in Präsenz!

5-Tage-Kurs in Wiener Neustadt – Martina Six' erster Kurs in Österreich

von Isabella Habsburg

wie diesmal. An- und Abmeldungen wechselten laufend. Leider wurden Abmeldungen auch damit begründet, dass inzwischen Online-Kurse besucht worden waren.

Zusätzlich waren die JSJ-Begeisterten genauso in ihren Corona-Ansichten geteilt wie das restliche Österreich. Ich habe alle Aussagen gehört zwischen „Wenn es Mas-

Fortsetzung auf Seite 7





Strömen und Wandern in den Tiroler Bergen

27.8. – 31.8.2022

Monika Fiechter-Alber und Elisabeth Jürschik

In wunderschöner Umgebung werden wir oberhalb von Tulfes im Haus Gufl vier Tage inmitten der Natur verbringen.

Es werden Tage sein, an denen wir uns auf allen Ebenen nähren und uns Gutes tun: Durch gegenseitiges zweimaliges Strömen am Tag, die Bewegung im Wald und am Berg, geselliges Beisammensein, den Austausch, das kulinarische Verwöhnprogramm und und und ... werden wir an Leib und Seele auftanken.

Veranstaltung bereits AUSGEBUCHT!

**SAVE THE DATE - VEREINSTAG -
Samstag, 24. 9. 2022 - Innsbruck -
SAVE THE DATE**

Fortsetzung von Seite 6

kenpflicht gibt, komme ich nicht“ bis „Wenn es keine Regeln gibt, komme ich nicht“. Daher stand laufend auf der Kippe, ob der Kurs würde stattfinden können. Dazu kam noch die im Raum stehende, mögliche Impfpflicht in Österreich, die zum Zeitpunkt des Kurses kontrolliert werden hätte sollen.

Margit und ich haben strengere Corona-Regeln festgelegt bzw. beibehalten, mit denen es schlussendlich gut funktioniert hat.

Somit fanden sich dann Ende März 14 Teilnehmerinnen im Hotel Schwarz ein, die Martina mit uns willkommen hießen und natürlich sehr gespannt auf die Ausführungen einer neuen Lehrerin waren.

Kurseindrücke

Martina vermittelt humorvoll und ungemein flexibel das JSJ-Wissen, zieht manche Themen vom Ende der Texte passend nach vorne, zeigt dadurch Zusammenhänge auf, die einem schon mal mit übervollem Kopf am Ende von Teil 1 oder 2 entgehen kön-

nen. Sie lässt das Thema „Pulse Fühlen“ vom ersten Tag gekonnt einfließen.

Erfahrungen aus ihrer Arbeit in der Krankenpflege, Rehabilitation, Onkologie und aus dem persönlichen Umfeld fließen respektvoll und achtsam in die Ausführungen ein und sind im Zusammenhang mit JSJ sehr spannende Aspekte und frischer Wind.

Besonders wohltuend war Martinas lustiges und spontanes Aufgreifen sowie Einbinden tagesaktueller Themen und besonderer „Vorkommnisse“ – wie z.B. eine Anekdote vom vorabendlichen Essen mit recht überschaubaren Nudelportionen, die das „Statement“ der Dickdarmfunktionsenergie „Ich habe“ sehr einprägsam vermittelte.

Sehr schön sind ihre vielen Beispiele der Zahlenbedeutungen zu Märchen und Bibelinhalten, die von ihr auswendig vorgetragen werden. Wie z.B. Psalm 23 zum Sicherheitsenergieschloss 23, den ich nun hier festhalte, da ich ihn so passend finde (und auf jeden Fall nicht auswendig kann):

Der HERR ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln.

Er weidet mich auf einer grünen Aue und führet mich zum frischen Wasser.

Er erquicket meine Seele.

Er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen.

Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir,

dein Stecken und Stab trösten mich.

Du bereitest vor mir einen

Tisch im Angesicht meiner Feinde.

Du salbest mein Haupt mit Öl und schenkest mir voll ein.

Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang, und ich werde bleiben im

Hause des HERRN immerdar.

(Zitiert nach der Lutherbibel, denn Martinas Mann ist Pastor.)

Ein großes Danke an Martina, dass sie die Reise auch für einen kleinen Kurs angetreten hat, der kurzfristig wegen corona-positiver Absagen noch kleiner hätte werden können. ✨

Jin Shin Jyutsu auf der Hütte – mit darauf abgestimmten Getränken! von Manuela Apuchtin

Immer mehr Gäste bemerken, dass wir eine „etwas andere Hütte“ sind. Unser Bestreben ist es, dass die Menschen sich bei uns so wohlfühlen, dass sie unbedingt wiederkommen wollen bzw. uns auch weiterempfehlen. Das kennen wir ja alle auch vom Praxisalltag. Zufriedene Klienten bzw. eine gute Mundpropaganda sind die beste Werbung. Was hat das mit Gin zu tun? Gar nichts!



Trotzdem gibt's bei uns halt nicht nur Obstler und Most, sondern neben feinen Weinen auch das eine oder andere – ich sag mal „Modegetränk“. Ganz ehrlich gesagt hatte ich in diesem Bereich nicht wirklich viel Ahnung. So kam es, dass ich mich unlängst bei unserem Großhändler zum Thema Gin beraten ließ. Es gibt da ja eine riesige Auswahl und sehr unterschiedliche Preise. Er hat mir etliche sehr verschiedene Sorten vorgestellt, und ich habe mich dann für eine entschieden, über die er sagte, dass dieser Gin in der Steiermark hergestellt wird ... ohne die Flasche näher zu betrachten.

Zu Hause habe ich dann beschlossen, den neuen Gin – mit und ohne Tonic – zu testen. Und plötzlich schau ich die Flasche näher an ... wieder einmal kein Zufall! Ein Hands-On-Gin! Die Frage ist: vorher oder nachher!?

Jetzt würde ich Euch gerne alle schmunzeln sehen und freu mich auf die nächste Hands-On-Begegnung mit Euch! 🌸



Ich ströme Warzen

von Irene Wieser

Die meisten Menschen haben irgendwann einmal in ihrem Leben mit Warzen zu tun. Besonders Kinder sind häufig von diesen gutartigen Hautwucherungen betroffen. Die meist durch HPV-Viren verursachten Gewächse sind unter Umständen auch ansteckend. Es gibt unterschiedliche Arten von Warzen, die schulmedizinisch mit unterschiedlichem Erfolg behandelt werden.

Auch wenn die meisten Warzen harmlos sind, können sie doch störend und für Kinder auch psychisch belastend sein, besonders wenn sie in großer Anzahl etwa auf den Fingern wuchern.

Im Folgenden berichte ich kurz über meine einfache Art, Warzen mit JSJ zu behandeln: Wenn Kinder (manchmal auch Erwachsene) zu mir kommen, dann haben sie meistens schon einen langen Weg hinter sich und unterschiedlichste schulmedizinische Behandlungsformen ausprobiert.

Mir ist zwar bewusst, dass es einige Ströme gibt, die bei der Warzenbehandlung hilfreich sein können und dass Warzen im Grunde eine Frage des Immunsystems sind, dennoch habe ich in diesem Fall einen direkteren, symptomorientierten Zugang. Ich halte meine Hände (rechts über links – über Kreuz) mehrere Zentimeter oberhalb der



Warzen und konzentriere mich darauf. Wenn ich sie energetisch „habe“, dann unterhalte ich mich ganz normal mit den Betroffenen

weiter.

Ich setze die Behandlung fort, indem ich meine Hände ca. 10–15 Minuten pro Stelle dort lasse. Manchmal muss ich mir zwischendurch die Hände kalt abwaschen, entweder weil mir zu heiß wird oder weil ich die Warze nicht gut spüren kann – nach dem Händewaschen geht es dann manchmal besser.

Wenn ich nichts spüre, dann reagiert die Warze nicht, und ich kann nicht helfen. Wenn ich die Warze spüre und dann nach einer gewissen Zeit nicht mehr, dann ist es genug für diese Sitzung.

Haben Kinder etwa mehrere Warzen auf den Fingern, dann kann das drei bis vier Monate dauern, bis sie ganz abgeheilt sind – dabei mache ich im Idealfall zwei bis drei



Vor dem Behandlungsbeginn



Nach dem Strömen rötet sich der Warzenrand

Behandlungen in der abnehmenden Mondphase. Wenn der Mond zunimmt, dann tu ich nichts. Die Pausen sind wichtig. Damit die Kinder nicht verzweifeln und die Geduld verlieren, mache ich zu Beginn der Behandlung Fotos. Dann können wir jedes Mal sehen, wie sich die Warzen seit der letzten Sitzung verändert haben.

Warzen auf der Fußsohle sind meist Dornwarzen und reagieren meist sehr schnell auf das Strömen. Oft sind sie schon nach zwei bis drei Behandlungen verschwunden. Dornwarzen werden nach der ersten Behandlung zunächst größer, weil sie herauskommen, dann werden sie schwarz und verschwinden. ✨

Was ist ein Zungenbein?

Und was hat das Zungenbein mit Strömen zu tun?

von Margit Kopp

Das Körperlesen als Möglichkeit, energetische Disharmonien im Körper von Klienten zu erkennen, fand ich immer schon faszinierend. Wieso steht der eine Rippenbogen weiter nach oben als der andere? Die eine Schulter ist so eigenartig nach vor gedreht, hmmm ... alle Zehen sind gespreizt – warum? Was steckt da dahinter und was ist da noch alles zu entdecken? Bei unseren seit langen Jahren stattfindenden Strömgruppentreffen fiel mir auf, dass Isabella immer wieder beim Betrachten und Berühren ihr Wissen aus Osteopathie und Anatomie einfließen lässt. Und da nicht nur ich recht neugierig bin, sondern auch die anderen Mitglieder der Wiener Neustädter Studiengruppe, baten wir Isabella, ihren Erfahrungsschatz mit uns zu teilen. Pandemiebedingt hatte sie schließlich unerwartet mehr Zeit, sich zu vertiefen und Unterlagen

vorzubereiten. Und tatsächlich trafen wir Praktikerinnen aus Wiener Neustadt, dem Nordburgenland und Wien uns im November 2021 in Präsenz zum Praxiskurs »Anatomische Vertiefung für's Körperlesen«.



Gleich vorweg: Es war eine spannende Bereicherung zum herkömmlichen Körperlesen. Wir lernten, wie man einem Hüftschiefstand auf die Spur kommt, ganz einfach eine Beinlängendifferenz erkennen oder ganz allgemein Unregelmäßigkeiten und Spannungen suchen, fühlen und erkennen kann.

Toll war neben dem wichtigen und ausführlichen theoretischen Teil vor allem das praktische Üben und Erfühlen von Spannungen an uns selbst und bei den anderen Kursteilnehmerinnen, die ebenso begeistert bei der Sache waren wie ich. Dabei machte so manche von uns bis dahin ungekannte anatomische Entdeckungen am eigenen Körper. Mich faszinierte vor allem das Zungenbein! Ich hatte bis dahin keine Ahnung, dass ich so etwas habe, wie es aussieht und wie wichtig es im komplexen Zusammenspiel von Muskeln und bei der Sprech-, Atem- oder Schluckfunktion ist. Isabella erklärte, welche Rolle es im Körper spielt und welche Sicherheitsenergieschlösser man einsetzen kann, um die Spannungen der Muskeln zu lösen, die an diesem Zungenbein



hängen.

Wer Lust auf mehr hat, wende sich bitte direkt an Isabella, denn der nächste Kurs ist schon fixiert:

Termin: 26. Juni 2022

Ort: Wiener Neustadt

Dauer: 1 Tag (ca. 10 bis 17 Uhr)

Voraussetzung: drei 5-Tage-Kurse

Der Kurs »Anatomische Vertiefung fürs Körperlesen« beinhaltet:

- Ergänzendes Wissen zum Körperlesen aus Anatomie und Osteopathie
- Unregelmäßigkeiten und Spannungen Suchen bzw. Ertasten
- Körper Begreifen
- Praktisches Üben und Fühlen mit- und aneinander

Kontakt:

Isabella Habsburg, T 0676 9428272

isabella.habsburg@jsj.at

Der erweiterte 5-Tage-Kurs

Eine wunderbare Teilstrecke auf dem Weg durch das weite Land des
Jin Shin Jyutsu von Sylvia Glock

Im letzten Newsletter las ich einen schönen Artikel von Stefanie Holzer über das Wandern durch das weite Land des JSJ. Ihre Nachbetrachtung zum 5-Tage-Kurs in Innsbruck mit Waltraud Riegger-Krause inspirierte mich ein bisschen dazu, doch auch einmal einen Artikel zu verfassen.

Ich möchte gerne auf eine weitere JSJ-Wanderstrecke aufmerksam machen, den »Erweiterten 5-Tage-Kurs«. Dieses Kursformat bietet Interessierten eine weitere wunderbare Möglichkeit, JSJ zu erforschen. Der Kurs besteht aus fünf Modulen zu jeweils drei Tagen, aufgeteilt auf einige Monate. Dadurch besteht für alle Studenten viel Raum und Zeit, sich entspannt dem Studium des JSJ zu widmen.

Aus meiner persönlichen Erfahrung kann ich diesen Teil des Wanderweges nur empfehlen! Meinen ersten erweiterten 5-Tage-

Kurs (fünf Module) habe ich in Wien besucht (Heimvorteil). Er hat mich so begeistert, dass ich auch den nächsten Kurs, er wurde in Dornbirn angeboten, besuchte. Der Besuch des dritten Kurses, auch wieder in Dornbirn, wurde leider durch Corona verhindert. Beide Kurse wurden von Waltraud Riegger-Krause gehalten. Die jeweils fünf Module zeichneten sich durch einen lebendigen und praxisnahen Unterricht aus, liebevoll und verständnisvoll von Waltraud begleitet. Nochmals vielen Dank! Auf diesen Weg möchte ich mich auch nochmals bei den Organisatorinnen Eva und Johanna für den Kurs in Wien, bei Hedi und Brigitte für den Kurs in Dornbirn bedanken. Sie alle haben sehr viel Zeit, Fürsorge und noch vieles mehr in die Organisation und Begleitung (Betreuung) dieser Kurse investiert. Dankbar bin ich auch für die lieben Menschen, die

ich auf dieser Wanderung kennenlernen durfte. Beide Kurse empfand und empfinde ich auch im Nachhinein noch immer als große Bereicherung auf meinen persönlichen JSJ-Weg.

Im November 2022 wird wieder ein erweiterter 5-Tage-Kurs stattfinden, diesmal wieder in Wien (bzw. in Mödling), angemeldet bin ich auch schon.

Ich freue mich darauf, Waltraud wieder vor Ort zu treffen und auch auf die lieben Menschen, die diesen Kurs besuchen werden. 🌸

11.– 13. November 2022

Organisation: Eva Hackl

+43 664 4270640

eva.hackl@jsj.at

Bibiana Schmaldienst

+43 680 1200833

bibiana.schmaldienst@jsj.at

Zu Redaktionsschluss waren noch einige Plätze frei.



We Are One

von Hedi Zengerle

Genau dieses Gefühl war es, das uns motivierte, wieder ein Arbeitstreffen der österreichischen Organisatoren gemeinsam mit

Vereinsgründung vor 16 Jahren war die Beziehung untereinander, das hat mit Vertrauen und Integrität zu tun. Was tue ich



dem Vereinsvorstand zu veranstalten. Susa lud uns in ihr Seminarhaus ein und gleich zu Beginn meinte sie: „Mir ist es unendlich wichtig, dass ihr da seid. Grundlage der

individuell mit meiner Liebe zu Jin Shin Jyutsu? Wo bringe ich mich in die Gemeinschaft ein?“
Wir verbrachten zwei Tage u.a. mit Berich-

ten von Praktikertreffen, Fragen zu organisatorischen Themen, Enttäuschung über Absagen wegen zu geringer Teilnehmeranzahl und Terminabsprachen für kommende Veranstaltungen. Daneben durften wir die warmherzige Gastfreundschaft von Susa genießen – und die Zeit verging wie im

kann. Alle stimmten zu, die Präsenz in den Mittelpunkt zu stellen, denn Einheit ist wichtiger denn je!
Ein Vorschlag war, nach 16 Jahren in Salzburg das jährliche Organisatorentreffen auch in anderen Bundesländern zu veranstalten. Im nächsten Frühling wird daher Vorarlberg zum Arbeitstreffen einladen. ✨

Ein Strömerlebnis

von E. K.

Meine Nichte, sie ist jetzt 66, wurde am Unterleib operiert. Eine Woche vorher habe ich ihr gesagt, sie solle beidseitig das SES 15 halten und dann auch gleich nach der Operation wieder, was sie auf Nachfrage auch getan hat. Meistens hat man nach einer Unterleibsoperation wehenartige Schmerzen. Sollte das der Fall sein, solle sie einfach das Händedreieck auf den Schamhügel legen. Die Eileiter, Zysten, alles wurde entfernt.

Was soll ich sagen? Meine Nichte wurde nach zwei Tagen aus der Klinik entlassen. Und was das Wichtigste ist, sie hatte und hat jetzt noch keinerlei Schmerzen und fühlt sich total wohl. Ich habe ihr geraten, die 15 noch ein paar Tage zu halten. Ich finde es großartig!

Fluge.
Wir diskutierten, was unsere Vision als Organisatorin bzw. Verein ist, damit sich die Energie bündelt und nach außen gehen



Strömen & Wandern in den Bergen

von Helga Geggerle

Wer möchte uns begleiten beim Strömen & Wandern auf der Turnaueralm in der Steiermark?

Die Schutzhütte liegt in einem herrlichen Wandergebiet, umrahmt von Bergen und Wiesen... Erholung pur! Diese besonderen Tage werden von Manuela Apuchtin und Doris Grellmann geleitet.

Termin: Sonntag, 17. Juli–Mittwoch, 20. Juli 2022. Nötige Vorkenntnisse: mindestens drei 5-Tage-Kurse.

Infos und Anmeldung bei Josef Schrott & Helga Geggerle, +49 (0)8383 1092
E-Mail: josef-schrott@t-online.de

Strömen beim Gesundheitstag »Aktiv & Gesund«

von Hedi Zengerle

Vier Praktikerinnen aus der Region stellten sich am 15. Mai in Hittisau zur Verfügung, um Jin Shin Jyutsu zu präsentieren. Bei der Vorbereitungsphase gab es viele Ideen, wie die Besucher auf das Strömen aufmerksam gemacht werden könnten. So installierte man einen Informationstisch mit verschiedenen Strömekarten vom Verein, JSJ-Literatur zur Ansicht und

auf der Liege selber zu erfahren, wurde den ganzen Tag von interessierten Gästen gerne in Anspruch genommen. Manche Besucher erwähnten, dass sie nur aufgrund der Ankündigung, dass das Strömen beim Gesundheitstag vertreten ist, dahin gekommen seien. Die Freude über so viel Wertschätzung und Interesse ist natürlich motivierend, und auch die Unterstützung



als kleines Dankeschön selbstgebackene Kekse in Form einer Hand mit den fünf Fingern. Die Möglichkeit, das Strömen

seitens des Jin Shin Jyutsu Vereins Österreich hat zum Erfolg beigetragen. ✿

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:
1. September 2022

hedi.zengerle@jsj.at
stefanie.holzer@jsj.at



Wir freuen uns auf Eure Texte, Zuschriften und Vorschläge!

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.

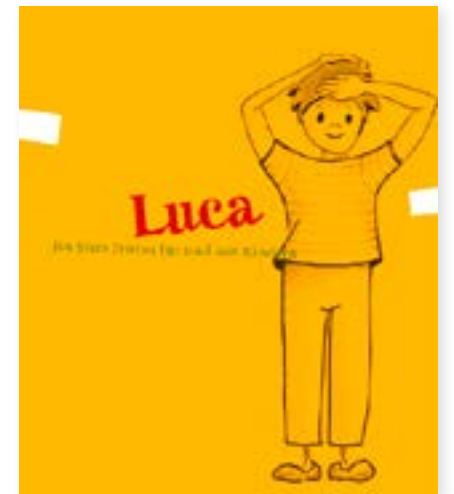
Die vertonten Texte gehen als Kinderlieder gut ins Ohr und sind als Download auf www.jsj.at nach dem Kauf des Buches verfügbar. Kinder lernen erfahrungsgemäß schnell damit umzugehen und

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). 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. ✨





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

Hedi Zengerle, Stefanie Holzer

Beiträge von

Manuela Apuchtin, Barbara Gastager,
Sylvia Glock, Doris Grellmann,
Isabella Habsburg, Susa Hagen,
Ulli Jenewein, Margit Kopp,
Irene Wieser, Hedi Zengerle

Gestaltung

Walter Klier

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

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

STEIERMARK

10.–14. Juni 2022

5-Tage-Kurs in St. Ruprecht a.d. Raab nahe Graz
mit Waltraud Riegger-Krause

Info: Barbara Gastager 0664 /45 20 105,
barbara.gastager@gmx.at



SÜDTIROL

24.–26. Juni 2022 in Bozen

„Pulse lauschen + Körperlesen“
Themenkurs mit Mona Harris

Info: Marlene Nardin, 39 (0)349/ 3967677, marlene.nardin@outlook.com



SALZBURG

24.–28. August 2022

5-Tage-Kurs in Laufen/Oberndorf mit
Petra Elmendorff

Info: Susa Hagen, 0664/444 61 07, susa.hagen@jsj.at,
Ulrika Krexner, 0664/2828006, ulrika.krexner@jsj.at



STEIERMARK

1.–3. Oktober 2022

Themenkurs „Burn Out“ mit
Petra Elmendorff

St. Ruprecht a.d. Raab /Nähe Graz
Info: Barbara Gastager 0664/45 20 105,
barbara.gastager@gmx.at

NIEDERÖSTERREICH

5.–9. Oktober 2022

5-Tage-Kurs mit Waltraud Riegger-Krause in
Mödling bei Wien

Info: Eva Hackl, 0664/4270640
eva.hackl@jsj.at,
Bibiana Schmaldienst, 0680/1200833, bibiana.schmaldienst@jsj.at



VORARLBERG

15.–16. Oktober 2022

„Energiekraftwerk Mensch!“ mit Martina Six
6850 Dornbirn, Pfarrheim St. Christoph, Rohrbach 37, Vorarlberg

Info: Hedi Zengerle, 0664/4532490, hedi.zengerle@jsj.at
Brigitte Rein, 0664 4471652, brigitte.rein@jsj.at



TIROL

28.–30. Oktober 2022

„Jin Shin Jyutsu und Quantum
Philosophy“

mit Petra Elmendorff
Exerzitenhaus der Kreuzschwestern,
Bruckergasse 24, 6060 Hall i. T.

Info: Barbara Unterberger, 0664 5433037 barbara.unterberger@jsj.at

