



Jin Shin Jyutsu

# JIN SHIN JYUTSU

Edition 50 / Mai 2023 [www.jsj.at](http://www.jsj.at) Herausgeber: Verein Jin Shin Jyutsu Österreich

## Aus dem Inhalt

Die Gemeinschaft stärken	2
<i>Ein wiederkehrender und doch einzigartiger Tag. JSJ-Treffen, Enns, 3.3.2023</i>	3
Gänsehaut und viele Aha-Momente. 5-Tage-Kurs mit Majella Delaney	4
<i>Majella spricht wie der Shikansen</i>	5
Organisations- und Vorstandstreffen im Ländle	6
<i>Ein Strömerlebnis</i>	6



Zur Geschichte des Handauflegens vor oder außerhalb von JSJ: Eine literarische Strömgeschichte um 1970	6
<i>Go raibh míle maith agat, Majella</i>	7
<i>Vom ES kommt alles her</i>	9
Wir gufeln wieder. Strömen und Wandern in den Tiroler Bergen 2023	10
<i>Strömend pflegen, pflegend strömen. Kurse für Pflegepersonal und pflegende Angehörige von Barbara Gastager in Weiz</i>	11
Standlesen: Eine Stelle immer wieder zu lesen und zu erleben, wie sich das Verständnis vertieft	12
<i>Vorschau</i>	15



»Es geht nicht darum, was ich hinzufügen kann, um meine Spannungen zu lösen, sondern darum, wie ich die Gründe meiner Disharmonie entschlüsseln kann.«

Mary Burmeister.

# Die Gemeinschaft stärken

Die monatliche Reihe »Austria Is Calling« ist auf der sachlichen Ebene ein Geschenk, aber es ist noch viel mehr: Einmal im Monat kommen alle Vereinsmitglieder, die es zeitlich einrichten können, zusammen und hören zu, was die Kollegen für Fragen haben und welche Antworten die Lehrer auf welche Weise geben. Schon die Fragen sind inspirierend.

Es mag ja sein, dass einzelne von uns die jeweiligen Antworten schon kennen. Offen gestanden, ich nicht. Ich lerne jedes Mal dazu. »Bildungslücken« schließen sich

*»Ich lerne jedes Mal dazu.«*

immer wieder zischend! Manchmal nicht ganz, aber es gibt immer Bewegung... Aber in den Fragen liegt noch mehr als die Antworten selbst. Denn die Fragen motivieren mich zum Studium. Darüber denkt XY nach? Darüber habe ich noch nie nachgedacht! Derselbe Vorgang ist auf der Antwortebene zu erleben, denn die unterschiedliche Art, wie Carlyse Smyth, Jed Schwartz, Matthias Roth, Wayne Hackett, Carlos Guterres, Anita Willoughby und Maria Miniello über »die Kunst« reden, öffnet Räume für jeden von uns. Ich gewinne durch dieses Erleben Bewe-

**»Austria Is Calling« ist ein Fixpunkt im Monat. Von Stefanie Holzer**

gungsspielraum in der Anwendung von Jin Shin Jyutsu.

A propos Räume: Je älter ich werde, desto klarer wird mir, dass wir nicht nur auf

der Jin-Shin-Jyutsu-Ebene (Geist – Körper – Seele, zwischen den Tiefen, den Organfunktionsenergien...) unentwegt über Beziehungen nachdenken und Be-

**AUSTRIA IS CALLING**  
Verein Jin Shin Jyutsu Österreich



- Mitglieder-Anmeldung jeden Monat aufs Neue.
- Rubrik »AUSTRIA IS CALLING« auswählen und »Anmeldung« anklicken.
- Fragen bis spätestens 26. des Vormonats einreichen.
- Am 10. des Monats wieder anmelden als Mitglied und Zoom-Link anklicken.
- Aufzeichnung steht max. 6 Wochen zur Verfügung.
- Video nur für angemeldete Teilnehmende abrufbar.

ziehungen harmonisieren, sondern dass diese Beziehungsebene auch im zwischenmenschlichen Bereich ständig in unser Zentrum zurück wirkt. Deshalb ist es an jedem 10. im Monat, dem Tag der Fülle, der grenzenlosen Lebenskraft, wunderbar, wenn die Großzügigkeit der genannten Lehrer spürbar wird. Sie verbindet uns mit ihnen und untereinander. Wir stehen in Beziehung. Dafür ist den Erfinderinnen

## Echo

War ein guter »Call from New York« mit Anita, ich mag ihre authentische Art.

Das Projekt »Austria is calling« ist echt so bereichernd, diese Vielfalt an Zugängen zu Jin Shin Jyutsu!

Und dass wir da alle im Zoom Land gemeinsam atmen...

*Christine Schlotzhauer*

dieses Formats ebenso zu danken wie den Lehrern, die dabei mitmachen, die Gemeinschaft der Strömenden zu stärken. PS. Ganz nebenbei kristallisiert sich auch heraus, bei wem man demnächst einen Kurs belegen will, welche Sicht auf JSJ man gerne weiter vertiefen würde. Also eine Win-Win-Situation für alle. ✨

# Ein wiederkehrender und doch einzigartiger Tag

## Unser Jin-Shin-Jyutsu-Treffen in Enns. Von Gabriele Leopoldsberger

Im Zeichen des besonderen Datums, 4. 3. 2023, fand unser Treffen diesmal statt. Es war mir schon bei der Ankunft bewusst, dass dies ein wiederkehrender und trotzdem einzigartiger Tag

wird. Es kam mir diesmal so anders und doch so vertraut vor. Ohne Thema und doch mit dem Bewusstsein, dass 4 = Materie, 3 = Geist und 2023 = 7 = ICH BIN unseren Raum erfüllt, ergaben

sich wertvolle Gedanken, Gespräche und Berührungen. Begleitet von Gedanken und Aussagen von Mary Burmeister wurden wir durch den Vormittag

geführt. Der gehaltvolle und vielfältige Mittagstisch hatte seine Entsprechung in unseren Gefühlen und Absichten. Gut genährt wurden wir in den darauf folgenden Strömlichkeiten auch auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene. In der Abschlussrunde verspürte ich eine Stille! Eine angenehme Stille, die sowohl zum Innehalten einlud

als auch zugleich eine innerliche Bewegung zuließ. Dankbar für diesen Tag freue ich mich auf die kommende Zeit und bereits auf

unser nächstes wiederkehrendes und trotzdem wieder einzigartiges Treffen. ✨



*Stehend: Bibiana Glocker, Maria Radinger, Doris Grellmann, Gabriele Lischka, Sonja Kaufmann, Gabriele Leopoldsberger, Daniela Zeischka-Fürst, Sabine Fröhlich-Diemer, Magdalena Schobesberger, Anita Stieger (von links nach rechts).*

*Vorne (sitzend): Michael Moser*

Normalerweise bin ich nach einem 5-Tage-Kurs komplett gerädert, verwirrt und brauche den Montag, um mich wieder zu sammeln. Bei diesem Kurs war das jedoch ganz anders. Heimwärts ging es mit strahlendem Gesicht, Glücksgefühlen und purer Gänsehaut. Ich schwebte förmlich nach Hause.

Majella hat mich von der ersten Stunde an

## Gänsehaut und viele Aha-Momente

### Der 5-Tage-Kurs mit Majella Delaney in Dornbirn

Von Milena Jung

in ihren Bann gezogen. Sie war sehr gut vorbereitet. Sie hatte jedes Schloss schriftlich ausführlich beschrieben und an die Wand projiziert. Auch jede Buchseite wur-

de mit den Stromverläufen an die Wand projiziert. Somit konnten wir uns besser auf das Gesagte konzentrieren und mussten nicht alles mitschreiben. Dies brachte mir persönlich einen besseren Lerneffekt. Ihre Art, uns JSJ näher zu bringen, hat mich überwältigt. Sie hat ein riesiges, kompaktes Fachwissen, dass sie auf eine einfache und sehr verständliche Art weitergibt. Sie hat mir meine Augen, den Verstand und das Herz geöffnet. Majella ist ein Herzensmensch und sie hat die Kunst, JSJ zu teilen.

Am Vor- und Nachmittag wurde ausgiebig zu zweit gesträmt. Obwohl Majella ein sehr straffes Programm hatte, waren Frageunden immer willkommen.

Nicht vergessen werden darf unsere Dolmetscherin Christine; sie zeichnet sich durch eine sehr klare und deutliche Aussprache aus. Die beiden haben perfekt harmoniert.

Hedi und Brigitte sind sehr gute Gastgeberinnen, stets war ein Lächeln auf ihrem Gesicht und es war nichts zu viel für die beiden. Die Tische waren mit Schokolade und Blumen dekoriert, das Buffet stets voll

mit Leckereien und das Mittagessen sehr gut.

Dieser 5-Tage-Kurs war von A bis Z eine gelungene Veranstaltung. Vielen herzlichen Dank!

Dies war mit Abstand mein bester 5-Tage-Kurs! Ich bin sehr dankbar, dass ich den Kurs von Majella besuchen konnte und freue mich jetzt schon auf ihren Kurs im Jahr 2024 in Dornbirn. 🌸



*Von links: Übersetzerin Christine Schlotzhauer, 5-Tage-Lehrerin Majella Delaney und die Organisatorinnen Hedi Zengerle und Brigitte Rein und die 5-Tage-KursteilnehmerInnen auf der nächsten Seite.*



*Unsere Fotografin zeigt Einsatz. Alle Fotos von Viola Hölzlsauer*



## Majella spricht wie der Shinkansen

Heuer war beim 5-Tage-Kurs in Dornbirn erstmals Majella Delaney aus Irland zu Gast. Von Hedi Zengerle

Bereits zu Beginn startete sie mit Schnellzug-Geschwindigkeit und für die Teilnehmenden ging es ganz schön flott durch die ersten Seiten von Textbuch 1. Dazwischen baute sie gleich die generellen Prinzipien ein. In den folgenden Tagen verwies Majella während der Reise durch

die Strömsequenzen immer wieder auf die vielen Querbindungen und Beziehungen. Das erleichterte es, den Überblick zu behalten, und niemand ging verloren. Die präzise Kursvorbereitung und die sorgfältig erstellten Handouts vermittelten eine Menge Hintergrundinformationen und

waren gespickt mit ergänzenden Notizen von Mary Burmeister und Jiro Murai. Aufgrund ihrer akribischen Grundlagenforschung der „alten“ Aufzeichnungen gab sie uns immer wieder wertvolle Hinweise. Erstaunt hat mich ihre zweisprachige Präsentation und die grafischen Darstellungen der Zahlenströme. Das war eine wertvolle visuelle Unterstützung, um die Strömsschritte und den Verlauf der Ströme besser nachvollziehen zu können. Mit ihrem irischen Humor, der übrigens dem öster-

reichen sehr ähnlich ist, verbrachten wir erfüllte und fruchtbringende Kurstage. Mit Christine Schlotzhauer hatten wir eine exzellente Übersetzerin, die eine wunderbare Ergänzung zu Majella darstellte. Mit Ruhe und Besonnenheit vermittelte sie die Aussagen auf Deutsch; es war eine Freude ihr zuzuhören. Danke, Christine, für deine feine Art!  
PS. Shinkansen heißt der schnellste japanische Zug. 🌸

Um an den Aufgaben unseres Vereins zu reifen, ist es uns Organisatoren und dem Vorstand ganz wichtig, dass wir ein Organismus sind, der in das (JSJ) Leben hineinwächst. Ein Organismus hat keine starren Regeln, er passt sich an das an, was gebraucht wird. Wir treffen uns seit der Vereinsgründung



## Organisations- und Vorstandstreffen im Ländle

Von Hedi Zengerle

vor 16 Jahren jährlich für 2 Tage, um die anstehenden Themen zu diskutieren, zu entscheiden, was gebraucht wird, um Pro-



jekte umzusetzen und am Laufen zu halten. Eine Auswahl solcher Themen sind Kursankündigungen in sozialen Netzwerken, Aktualisierung der Vereinswebseite, Inhalt des Newsletters, gezielte Unterstützung der

Praktiker:innen und Selbsthilfelehrer:innen, Copyright-Geschichten, Weiterentwicklung an Materialien (für den Webshop), Fortbildungsveranstaltungen für Mitglieder, Marketing-Strategie usw. Heuer wollten wir neben dem Arbeitspensum uns auch besser kennenlernen und etwas Freizeit miteinander verbringen. Und so luden wir Vorarlberger Organi-

satorinnen Mitte April zum Treffen nach Dornbirn ein. Bei der Planung war es uns wichtig, unseren lieben Kolleg:innen auch unser schönes Ländle zu zeigen. Und so wechselten intensive Arbeitseinheiten im Hotel mit Ausflügen in die nähere Umgebung ab. Nach drei erfüllten Tagen waren wir glücklich, zufrieden und stolz über das, was wir miteinander erleben durften. Und mit



der Einladung von Manuela und Doris nächstes Jahr für dieses Treffen nach Oberösterreich kommen zu können, verabschiedeten wir uns freudig in Erwartung auf ein nächstes Mal. ✿

### Ein Strömerlebnis

Von Monika Fiechter-Alber

Immer wieder machte sich so ein Jucken in der Nase bemerkbar... und dann folgte noch ein starker Niesreiz. Das war neu, das kannte ich bisher noch nicht. Was bahnt sich da an? Beginnt so eine Allergie? Was könnte es sein? Dieses Jucken beschäftigte mich. Und dann tauchte vor meinem inneren Auge der Milzstrom auf: Milzenergie

hilft bei Allergien. Gedacht – getan: Ich strömte mir täglich den Milzstrom für beide Seiten, und es dauerte nicht lange, und das Jucken in der Nase war wieder verschwunden – wie von Zauberhand entfernt. Wieder einmal spüre ich tiefe Dankbarkeit für dieses wunderbare Geschenk des Jin Shin Jyutsu, für die Einfachheit und die kraftvolle Hilfe. ✿

In der heute allein üblichen Enzyklopädie *Wikipedia* findet sich neben allen anderen Dingen auf Gottes weiter Erde natürlich auch ein Eintrag zu JSJ, und wie bei allen Sachen, die nicht absolut auf der Linie des heutzutage offiziell-universitär Genehmigten liegen, ist auch dieser Eintrag von geradezu atemberaubender Kürze und mit möglichst viel Missgunst durchtränkt. Er ist allerdings nützlich, wenn man sich über



den derzeitigen Stand des Mainstreams unterrichten möchte. Als Beispiel sei hier der Abschnitt über die Geschichte von JSJ zitiert:

*Jin Shin Jyutsu geht auf den [Japaner Jirō Murai](#), 1886–1960) zurück, der sie im [Kojiki](#), einem alten japanischen Geschichtswerk, wiederentdeckt haben will.<sup>[6]</sup> In den Westen gelangte diese Kunst durch seine Schülerin Mary Burmeister (\* 21. Oktober*

## Zur Geschichte des „Handauflegens“ vor oder außerhalb von JSJ

Von Walter Klier

1918 in [Seattle](#), † 27. Januar 2008).

Wie immer man die genannte ursprüngliche japanische Quelle nun einordnen möchte, kann man wohl davon ausgehen, daß es zu verschiedenen Zeiten und an verschiedenen Orten auch außerhalb von Japan verwandte Überlieferungen gegeben haben muss. Zum Beispiel ist selbst bei oberflächlicher Betrachtung des Neuen Testaments der Bibel die häufige Erwähnung des „Handauflegens“, mit dessen Hilfe Jesus Kranke heilt, unübersehbar. Wir möchten an dieser Stelle nun von Zeit zu Zeit Fundstücke präsentieren, die uns (möglichweise?) zeigen können oder könnten, daß es sich beim „Handauflegen“ tatsächlich um eine alte und weitverbreitete Angelegenheit handelt und man davon ausgehen kann, dass seine neuerliche Verbreitung in der modernen Welt auch deswegen so gut gelingt, weil es eine Wiederbegegnung mit etwas nur zwischendurch verschüttet Gewesenem bedeutet.

An alle Leserinnen und Leser ergeht übrigens die Bitte, uns allfällige derartige Fundstücke mitzuteilen. ❀

### Eine literarische Strömgeschichte: Ibiza in den 70er Jahren

In seinen Kindheitserinnerungen mit dem Titel »Krankenbesuche«, erschienen 2022 im Verlag Berenberg in Berlin, beschreibt der aus Ibiza stammende und auch dort lebende Autor Vicente Valero (Jahrgang 1963), wie er und seine Freunde etwas höchst Merkwürdiges beobachten, das der kundige Leser als »Strömen« identifiziert.

»Durch den Spalt waren flüsternde Stimmen zu vernehmen. Dadurch neugierig geworden, gingen wir leise hin, wie in einem harmlosen Entdeckerspiel – und durch den Spalt zu Zeugen eines verwirrend-unverständlichen Schauspiels zu werden. Doktor Sanchis lag mit nacktem Oberkörper und geschlossenen Augen auf einer Liege. Neben ihm saß Elsa – vollständig bekleidet, aber ebenfalls mit geschlossenen Augen – auf einem hochbeinigen Hocker. Ihre ausgebreiteten Handflächen hatte sie auf den Körper des Arztes

gelegt. Was hatten wir da gesehen? Während wir, wieder im Wohnzimmer, auf Daniels Rückkehr warteten, fiel uns keine zufriedenstellende Antwort ein – hatte es etwas mit Sex zu tun? Mit Medizin jedenfalls nicht, das war ausgeschlossen, widersprach es doch jeder Logik, dass der Arzt auf der Liege lag, während die Patientin damit beschäftigt war, seinen halbnackten Körper zu erkunden. Von Sex hatten wir keine Ahnung, sehr wohl jedoch von Ärzten und Kranken. Irgendwann kehrte Daniel verschwitzt mit den keuchenden und sabbernden Hunden zurück, und wir setzten unsere Theaterprobe fort. Ich weiß nicht mehr, wie viele Tage und Wochen uns dieses Geheimnis in Unruhe und Aufregung hielt, und ebenso wenig, wie wir es schließlich aufklärten, ich erinnere mich bloß, dass wir erleichtert aufseufzten, als wir erfuhren, dass Elsa durch *Handauflegen* heilte – wenngleich auch das ein Rätsel für uns war, so handelte es sich dennoch um ein mehr oder weniger verständliches und im Rahmen des Anstands bleibendes Rätsel –, eine Gabe, die sich, wie wir ebenfalls später erfuhren, darauf beschränkte, Schmerzen zu lindern, dies allerdings offensichtlich so wirkungsvoll, dass selbst Doktor Sanchis ziemlich regemäßig darauf zurückgriff.« ❀

... für diese beiden so informativen, praxisorientierten und humorvollen Themenkurs-Tage rund um Körperlesen und Pulse Lauschen. Zwei Tage irischer Spirit, verbunden mit tiefem Wissen über die verschiedenen Texturen der Pulse und detaillierte Demonstrationen zum Körperlesen ließen die Zeit viel zu schnell vergehen. Anhand des Elements Wasser, mit all

seinen verschiedenen Aggregatzuständen, verglich Majella die unterschiedlichen Texturen, die Mary im Textbuch 1 auf Seite 7 und 8 beschreibt. Klar und gut strukturiert erklärte uns Majella das Hö-



*Unser neuer Raum in Maxglan*

## Go raibh míle maith agat<sup>1</sup>, Majella ...

Von Ulrika Krexner

ren anzustellen. Wie fühlt sich gerade in diesem Moment unser eigener Energiepuls an? Wie fühlt er sich an, wenn wir ein paar



*Ulrika Krexner (rechts) und Susa Hagen beim Finger-Zehen-Strom in der Pause*

ren von Pulsen von oberflächlich bis tief, in Verbindung mit den Organströmen, bis hin zum Lendenwirbelkreis. Sie regte uns 37 Teilnehmer\*innen an, unserer Fantasie und Kreativität freien Lauf zu lassen – nun unsere eigenen Vergleiche zu den Textu-

Mal bewusst ein- und ausatmen? Und wie fühlt sich der eigene Puls an, wenn gleich der eigene Name aus der „Glücksbox“ zum Körperlesen coram Publico gezogen wird? Schon vor der ersten Pause ging ans Körperlesen. Majella demonstrierte uns,

wie sie schon beim Öffnen der Haustüre die ersten Eindrücke ihrer/es Klientin/

entin/en wahr, erzählt und demonstriert uns detailliert, auf welche körperlichen



*Christine Schlotzhauer, Majella Delaney, Ulrika Krexner und Susa Hagen (von links),*

en wahrnimmt, die Gangart – bis zum Hinlegen auf die Liege. Majella nimmt parallel dazu die Geschichte der/s Kli-

Besonderheiten sie speziell achtet und erst dann – mit diesen Informationen im Hintergrund – lauscht Majella den Pulsen

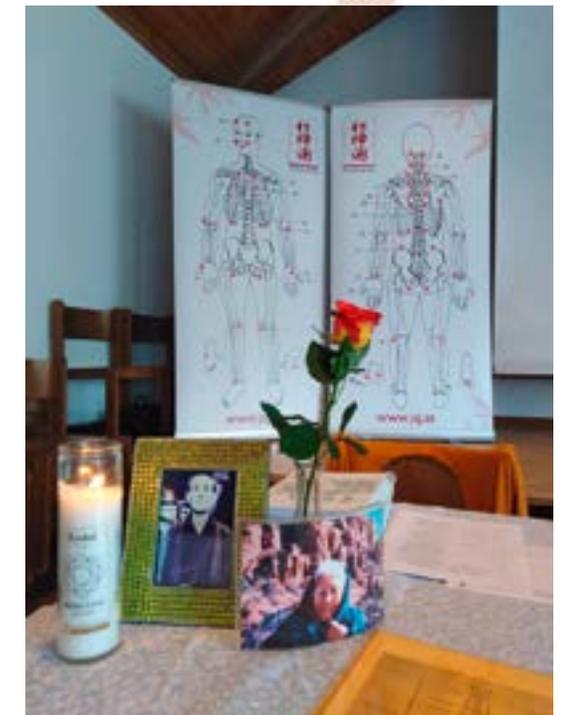
und entscheidet dann das folgende Strömmuster für die Sitzung.

In der Pause wurden wir von der guten Seele unserer Küche, Marianella, verwöhnt. Das Buffet war reichlich gefüllt, mit Broten, Aufstrichen, Obst und Kuchen – dazu ein guter Kaffee, und aufging zur ersten Praxisübung. Zu dritt an der Liege war es die Aufgabe, jedes Detail beim Körperlesen unserer Kollegen\*innen wahrzunehmen, alles aufzuschreiben. Dann nahmen wir uns 2-3 wichtige Aspekte, lauschten den Pulsen und definierten dafür ein Strömmuster, das wir machen würden. Majella war aber nicht die Wahl des Stroms wichtig, sondern vielmehr, aus welcher Motivation heraus wir diesen gewählt haben und in welchem Zusammenhang er mit den körperlich festgehaltenen Aspekten steht. Eine Herausforderung, die Freude machte und uns sicherlich einen großen Schritt weiterbrachte, uns noch mehr auf unsere Klient\*innen zu fokussieren und individuellere Strömmuster zu finden.

Mit *go raibh míle maith agat* bedankte sich Majella bei uns Organisatorinnen, bei Christine als Übersetzerin und allen Teilnehmer\*innen. Dabei sind es wir, die uns bei Majella bedanken wollen, die uns mit ihrer offenen, strukturierten und doch sehr flexiblen und praxisnahen Vortrags-

weise das Pulse Lauschen und Körperlesen näher brachte.

Aus meiner Sicht, als Mitorganisatorin mit Susa Hagen, ein gelungener Themenkurs in unseren neuen Räumlichkeiten in Salzburg-Maxglan – so freuen wir uns schon jetzt auf unseren 5-Tage-Kurs Ende August mit Sara Harper. ✨



<sup>1</sup> „Vielen Dank“ auf Gälisch. Dafür, wie man es ausspricht, findet man im Internet zahlreiche Vorschläge.

**Es gibt nur eine Energie im Ewigen SEIN, von der alles ausgeht. Also ist alles, was existiert, Teil dieser unendlichen und ewigen Kraft, die wir Gott oder NICHTS nennen.**

Auf diesem Gesetz beruhen unsere Wahrheit und Wirklichkeit. Egal, wie viele individuelle Strömungen scheinbar zu sehen, zu hören, zu riechen, zu schmecken, zu fühlen oder wahrzunehmen sind: Alles ist aus der einen Quelle von ALLEM. So können wir sagen, dass es auch keine zwei getrennten Standpunkte oder Wahrheiten gibt. Aus den Augen der Einheit betrachtet, sind diese Standpunkte Möglichkeiten der Erfahrung, die uns als Wesen in Raum und Zeit (die wir Mensch, Tier, Pflanze oder etwa Mineral nennen) dienen und Reifung ermöglichen. Wir können scheinbar unterschiedliche Erfahrungen im Kontext unserer eigenen Wahrheit und Wirklichkeit erleben, die wir über unsere Anhaftungen, Bindungen und Glaubensmuster gebildet haben. Jedes Wesen trägt durch seine In-

## Vom ES kommt alles her

Von Doris Grellmann

dividualität auf seine Weise zum göttlichen Plan bei und erfüllt auf diese Weise seine Bestimmung. Die Fülle an Möglichkeiten lässt uns an unterschiedliche Energie glauben und die Einheit aus dem Blick verlieren. Keine zwei Wesen werden sich im Spiegel als Menschen gleichen, und doch sind sie über das Gesetz der Einheit auf ewig EINS. Als Mensch, mit diesem Wissen und Hintergrund, stellt sich natürlich die Frage, wie kann ich dieses Wissen und die Wahrheit im Augenblick des JETZT leben? Sehe ich die Harmonie, den Frieden aus dem Herzen und die vielen Aspekte von Verbundenheit? Lasse ich meine Aufmerksamkeit auf dem Herzen des Inneren Seins ruhen und gebe ich der Ausatmung die Möglichkeit, sich so zu verströmen, wie es meiner Bestimmung entspricht? Erkenne ich mein Gegenüber im Spiegel meiner Selbst und somit die Verbundenheit in Allem?

Diese Fragen dienen dazu, mehr bei sich selbst anzukommen und sich als das zu erkennen, was Wahrheit und Wirklichkeit als Grundlage hat: Die Selbstrealisation führt uns in die Ganzheit von Allem. Das Leben ist ein



Spiel, und es möchte gespielt werden. Jeder erlebt das Spiel auf die individuelle Art und Weise seines eigenen Bewusstseins. Der Maßstab kann daher auch

nicht »richtig« oder »falsch« sein, schließlich ist alles in uns gespeichert. Das Leben darf so akzeptiert werden, wie es ist. Es ist das Lernfeld für uns alle, und jeder steht genau an der Stelle, die seinem Bewusstsein und seinem Erfahrungsweg entspricht. Alle Wesen sind ein Teil der Quelle und tragen individuell dazu bei. Wir alle sind Träger der göttlichen Kraft. Im unbewussten Zustand über unsere wahre Seinsqualität stehen oft eher trennende, störende und konkurrierende Aspekte im Vordergrund. Aber wir wachsen nur durch Erfahrung und Erkenntnis, derer wir in der Anwendung gewahr werden. Das so neu gewonnene Bewusstsein muss ins Leben integriert werden, ansonsten fallen wir wieder auf die Stufe der Unkenntnis zurück. Wenden wir uns durch die Akzeptanz der Liebe und Einheit diesem integrierenden und vereinigenden harmonischen Bewusstsein zu, kommt es mehr und mehr zu innerem Frieden mit sich Selbst, und der Himmel oder die Wurzel des Geistes wird wach und aktiv. Hier sprechen wir vom

SES 13, welches uns den Himmel auf die Erde bringen kann. Gelingt es, dieses Bewusstsein im menschlichen Sein über SES 14 zum Ausdruck zu bringen, kann sich die Verstandesqualität als Instrument für den Geist zur Verfügung stellen. Die vertikale Kraft fließt dann weiter in SES 15 und bringt das Lachen und die Freude in Wahrheit und Wahrhaftigkeit hervor. Lebendigkeit wird freigesetzt, und das Leben bekommt neue Möglichkeiten. Um in der Einfachheit zu bleiben, habe ich diese drei Ebenen gewählt. Natürlich können unendlich viele andere göttliche Aspekte unser Leben erfüllen und bereichern. In meinem offenen Atem lasse ich los und gestehe mir zu, dass ES geschieht. Die Quelle gibt ihren Kindern alles, was sie brauchen, um dieses Spiel zu erleben. Wir leben den Bund mit dem Schöpfer auf Ewigkeit und sind Teil seiner Schöpfung. Jeder Augenblick ist ein Neubeginn und jedem Neuanfang liegt ein Zauber inne. Der Segen des Göttlichen ist mit uns im JETZT. ✨

Strömen und wandern – das klingt für manche wie Musik in den Ohren. Seit vielen Jahren finden sich Ende August ca. zwanzig strömbegeisterte Menschen auf der Gufl, einer wunderbaren Unterkunft in den Tiroler Bergen ein. Der Titel ist Programm: wir strömen uns zweimal täg-

# Wir gufeln wieder

Strömen und Wandern in den Tiroler Bergen im August 2023

Von **Monika Fiechter-Alber**

hinauf bis über die Waldgrenze, manche besteigen sogar den einen oder anderen

sich ereignet in Gesprächen, beim gemeinsamen Singen oder Tanzen, beim Studie-

und Sein in der Gegenwart, die Leichtigkeit, der Spaß, das Lachen, aber auch die tiefe Berührung. Es tut einfach gut und ist heilsam, so miteinander sein zu können. Für dieses Jahr sind die Tage bereits ausgebucht, Interessierte können sich eventuell noch für die Warteliste melden: unter



lich gegenseitig, und in der freien Zeit gehen viele hinaus: in den Wald oder höher

Gipfel. Und dann ist da immer auch noch so vieles dazwischen, das einfach da ist,

ren, beim leckeren Essen... „Es ist, was es ist“ wird hier so oft erfahrbar, das Leben

[www.jsj.at/Termine/Specials/strömen](http://www.jsj.at/Termine/Specials/strömen) in den Tiroler Bergen. 🌸

# Strömend pflegen, pflegend strömen

Barbara Gastager gibt Kurse für Pflegepersonal und pflegende Angehörige – kurz für alle, die mit Pflege beschäftigt sind.

Von Stefanie Holzer

Wenn man krank und alt wird, braucht man jemanden, der einen gut pflegt. Pflegen heißt sich kümmern, jemanden umsorgen, geduldig sein und manchmal auch ein bisschen ahnen, was als nächstes gefragt sein könnte. Die JSJ-Praktikerin und Organisatorin für die Steiermark, Barbara Gastager, ist ein Profi in diesem Themenfeld. Sie ist seit 35 Jahren in der Pflege tätig. Durch ihre Arbeit im Pflegeheim in Weiz weiß sie aus eigener Erfahrung, was JSJ in der Pflege bewirken kann. Deshalb gibt sie JSJ-Kurse für Pflegepersonal und pflegende Angehörige, für alle Menschen, die mit Pflegebedürftigen zu tun haben, denn der Umgang mit schwerkranken und dementen Menschen will geübt sein.

Der ÖGKV, der Österreichische Gesundheits- und Krankenpflegeverband in Graz schreibt jährlich einen Kurs aus. Heuer findet er am 6. und 7. September im Unfall-KH in Graz-Eggenberg statt. Die Kursgebühr wird von den Heimen und

anderen Institutionen, die mit der Pflege zu tun haben, bezahlt, da die Pflegeassistenten verpflichtet ist, Fortbildungen zu machen.

Auch bei privat organisierten Kursen, wie jenem, der am 18. und 19. November 2023 im oberösterreichischen Gmunden stattfindet, zahlt die Pflegeeinrichtung mit. Die Kursteilnehmer müssen nur einen Antrag für Kostenersatz stellen.

Wer Genaueres wissen will oder muss, bitte bei Barbara direkt unter 0664/4520105 anrufen, da sie bis zum Herbst in Bildungskarenz ist.

Im Weizer Pflegeheim haben übrigens alle Mitarbeiter eine Grundausbildung in JSJ. Diese Ausbildung wird schon bei der Job-Ausschreibung verpflichtend gefordert. So stellen wir uns die Zukunft vor! ✨

Kontakt: Bezirkspflegeheim Weiz, Barbara Gastager, 03172/34900





Foto: Diego Ortiz Mugica. Mit freundlicher Genehmigung des Verlags Tyrolia, Innsbruck

## Standlesen

Eine Stelle immer wieder von Neuem zu lesen und zu erleben, wie sich das Verständnis des Gelesenen vertieft, ist eine für mich neue Lesetechnik.

Von Stefanie Holzer

Von dem 1926 geborenen Benediktiner-Mönch und spirituellen Lehrer David Steindl-Rast ist 2021 im Tyrolia-Verlag der Titel »Orientierung finden« erschienen. Ich lese dieses Büchlein nicht linear von vorne nach hinten, sondern bin schon eine ganze Weile im Modus des Standlesens. Ich lese einzelne Kapitel immer mal wieder und beobachte, wie sich in mein Verständnis des Gelesenen verändert. Derzeit stehe ich bei der Lektüre auf der Seite 19, die quer eine 1 ergibt. Es kommt also Bewegung in meine Denkvorgänge. Es geht hier um »Das Selbst – Mein ureigenstes Wesen«. Steindl-Rast führt aus, dass er in sich gehen kann, »in seinen inneren Bereich«. Dieser Bereich ist nur ihm selber zugänglich; alle anderen Menschen dagegen nehmen den Autor, sein Wesen von außen wahr. Die Welt registriert ihn

als Körper unter Körpern. Doch er selbst sagt nicht »Ich bin ein Körper«, sondern »Ich habe einen Körper«. Aus dieser Diskrepanz erkennt Steindl-Rast, dass er, sein Selbst, mehr ist als sein Körper. Das »Verkörperte Selbst« sagt »Ich habe einen Körper«, Körper und Selbst bilden eine Einheit, und doch ist das Selbst das Eigentliche. »Wo ist dieses Selbst? Nirgends und überall. Du kannst es nicht verorten. Daher ist es auch nicht in Teile zerlegbar. Daraus entspringt die überraschende Einsicht, dass es nur ein einziges Selbst gibt: Eins für uns alle, ein grenzenloses, unteilbares Ganzes! Trotzdem ist unser Ich einzigartig und verschieden von jedem anderen Ich. Das eine unerschöpfliche Selbst drückt sich immer wieder in einem neuen Ich aus.« Er führt weiter aus, dass immer dann, wenn man auf Menschen

trifft, die dieses allen gemeinsame Selbst spürbar werden lassen, es einem erleichtern, ebenfalls das eigene Selbst wirken zu lassen. In die Sprache des JSJ übersetzt heißt das für mich: Wenn man jemandem begegnet, der eine harmonische 5. Tiefe hat, der sich nicht verstellt oder bemüht, aus sich selbst etwas anderes oder mehr zu machen als er/sie ist, dann fällt es einem leichter, die eigenen Bemühungen und Verstellungen sein zu lassen und so zu sein, wie man ist. Eine harmonische 5. Tiefe verhilft zu Entspannung und Gelassenheit. Es genügt, so zu sein, wie man ist. Ende. Ausatmung. David Steindl-Rast hat mit diesem Buch seinen 95. Geburtstag gefeiert. Ich halte dieses Büchlein für ein Geschenk an alle, die sich gern mit Fragen nach dem »Eigentlichen« in all seinen Ausformungen beschäftigen. ✨

# 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.

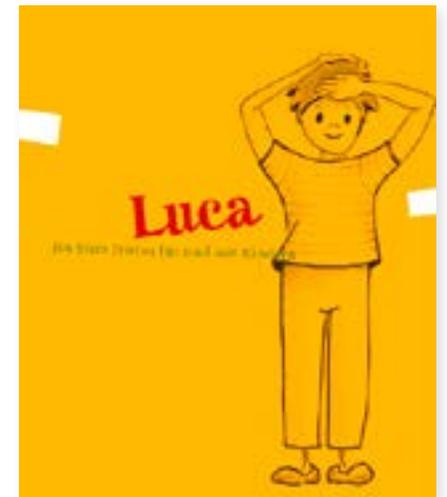
Die vertonten Texte gehen als Kinderlieder gut ins Ohr und sind als Download auf [www.jsj.at](http://www.jsj.at) nach dem Kauf des Buches verfügbar. Kinder lernen erfahrungsgemäß schnell damit umzugehen und

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. ✨



## 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 2023**

[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, Prakti-  
kertreffen und Anregungen aller Art!

# ❀ ❀ Jahresvorschau ❀ ❀ ❀ Mitströmen ❀ ❀ ❀ Nachlesen ❀ ❀

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

Diese Kurse werden von Mary Burmeister  
Spirit-Mind-Body angeboten.

## SALZBURG

30. August–3. September 2023

5-Tage-Kurs mit Sara Harper im Pfarrzent-  
rum Maxglan in Salzburg, deutsche Überset-  
zung

**Anmeldung:** Susa Hagen, 0664 4446107,  
[susa.hagen@jsj.at](mailto:susa.hagen@jsj.at)

Ulrika Krexner, 0664 2828006, [ulrika.krex-  
ner@jsj.at](mailto:ulrika.krex-<br/>ner@jsj.at)

## STEIERMARK

20 –22. Oktober 2023

»Alles ist in den Fingern« mit Mona Harris in  
St. Ruprecht an der Raab

**Anmeldung:** Barbara Gastager, 0664  
4520105, [barbara.gastager@jsj.at](mailto:barbara.gastager@jsj.at)

Johannes Duft, 0676 7339897, [johannes.  
duft@jsj.at](mailto:johannes.<br/>duft@jsj.at)



## NIEDERÖSTERREICH

25.–29. Oktober 2023

5-Tage-Kurs mit Martina Six in Mödling  
bei Wien

**Anmeldung:** Eva Hackl, 01 4858511,  
[eva.hackl@jsj.at](mailto:eva.hackl@jsj.at)

Bibiana Schmaldienst, 0680/1108402,  
[bibiana.schmaldienst@jsj.at](mailto:bibiana.schmaldienst@jsj.at)



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

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

## STEIERMARK

23.–25. Juni 2023

»Schulter und Nacken« mit Matthias Roth in St. Ruprecht an der Raab

**Anmeldung:** Barbara Gastager, 0664 4520105, [barbara.gastager@jsj.at](mailto:barbara.gastager@jsj.at)

Johannes Duft, 0676 7339897, [johannes.duft@jsj.at](mailto:johannes.duft@jsj.at)



## TIROL

27.–29. Oktober 2023

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

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

Ulrike Arnold, Arnold, 0699 16602004, [ulrike.arnold@jsj.at](mailto:ulrike.arnold@jsj.at)



## OBERÖSTERREICH

18.–19. November 2023

»Strömend Pflegen« mit Barbara Gastager in Attnang-Puchheim

**Anmeldung:** Manuela Apuchtin, 0699 88814956, [manuela.apuchtin@jsj.at](mailto:manuela.apuchtin@jsj.at)

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



**Informationen** zu Selbsthilfekursen, Praktikerinnentreffen, Strömtagen, Praxisgruppen und Lerntagen bitte auf der JSJ-Homepage [www.jsj.at](http://www.jsj.at) einsehen. Das



### **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**

Monika Fiechter-Alber, Doris  
Grellmann, Stefanie Holzer,  
Milena Jung, Walter Klier, Ulrika  
Krexner, Gabriele Leopoldsberger,  
Hedi Zengerle

### **Gestaltung**

Walter Klier

