



Jin Shin Jyutsu

# JIN SHIN JYUTSU

Edition 45 / Sept. 2021 [www.jsj.at](http://www.jsj.at) Herausgeber: Verein Jin Shin Jyutsu Österreich

## Aus dem Inhalt

Von Einblicken und Eindrücken beim Strömen & Wandern	2
<i>Berührend und Bewegend</i>	4
Neue Co-Organisatorin in Wien	5
<i>10 Jahre gemeinsam...</i>	6
Strömen in der Pflege	7
<i>Neue Co-Organisation in Wiener Neustadt</i>	7
Wie JSJ mein Leben verändert hat	8
<i>Das lange Warten hat sich gelohnt ...</i>	9
Neuaufgabe Kinderströmbuch Luca	10

<i>Eine Hundeströmstory</i>	11
Wunderbarer Finger-Zehen-Strom	12
<i>Aktion Strömliegen</i>	13
Neues Qualitätssiegel in Österreich	14
<i>Erweiterter JSJ 5-Tage-Kurs in Dornbirn</i>	14



*Aktion Strömliegen -15 %*



## Ankündigung Nächste Generalversammlung

29. Januar 2022

Generalversammlung 2022 u.a. Neuwahl des Vereinsvorstandes

Wir laden jetzt schon **alle Mitglieder zu diesem Treffen** ein und bitten, den Termin zu reservieren. Ob die Veranstaltung online oder vor Ort stattfinden kann, entscheidet sich später.

Der Vereinsvorstand, v.l.n.r.: Hedi Zengerle, Barbara Konder, Michael Moser, Monika Fiechter-Alber

# Von Einblicken und Eindrücken beim Strömen & Wandern von Uschi Hölbling

Immer wieder wollte ich dabei sein, heuer hat es geklappt: 4 Tage Strömen & Wandern auf der Gufel, nahe Hall in Tirol mit 19 anderen besonderen Menschen. Auftanken mit Jin Shin Jyutsu, Begegnungen mit Mensch und Natur (besonderes Glockenkoncert der Kühe inklusive), einander Zuhören, Tanzen, gutem Essen (ein großer Dank an Hüttenwirt Gregor!), Lachen, Singen (auch unter der Dusche ☺), Jodeln, morgendlichem Meditieren, nährenden Gesprächen, täglichen Agni-hotra Feuerritualen – das alles war möglich, weil so viele Talente an einem Ort zusammengekommen sind und sich verschenkt haben.

Wir alle sind in zweierlei Hinsicht mit einem Rucksack an diesen besonderen Ort auf 1300 m Höhe, umgeben von Wald gekommen: das, was drückt und beschwert, ist

genauso darin, wie das, was uns als Individuum ausmacht. Wir dürfen beides herausholen, auspacken und entweder loslassen, uns erleichtern oder mit anderen teilen, unser Licht leuchten lassen – in dem Vertrauen, dass wir genauso, wie wir sind, richtig sind.

**I derf so sein, so wia i bin,  
so wia i bin tiaf in mir drin.**

**Und es leicht so schian,  
wenn i's scheina lass,  
funklt und glitzert wia a  
Tautropfn im Gras.**

*Christa Kasehs*

Ein unglaublich schönes Erlebnis! Ich darf wieder mehr meinen eigenen Körper spüren, ihn bewusster wahrnehmen – bei mir ANKOMMEN.



Es ist wie beim täglichen Strömen: Ich bin gerufen, mich immer mehr selbst kennenzulernen, um entscheiden zu können, was MIR guttut. Aus der Fülle das auszuwählen, was mich JETZT im Augenblick nährt.

Ein ganz großer Dank gilt den beiden Organisatorinnen Monika & Elli, die uns sehr sanft und ein-

fühlsam durch die Tage begleitet haben. Neben den vielen vorbereiteten Angeboten war durch ihre Offenheit auch viel Platz für Vielfalt und Neues – Angebote, aus denen wir wählen durften.

Es tut so gut, einander zuzuhören, sich auszutauschen mit Worten, Berührungen, Leben zu teilen – einfach miteinander zu

SEIN! Wir alle haben viele Brücken zueinander gebaut und uns Halt gegeben – für die Rückkehr nach "draußen". Das Geschenk am Ende dieser Tage ist ein tiefer Frieden, in dem wir voller Dankbarkeit auf all unser Tun & Sein blicken dürfen.

*Fortsetzung auf Seite 3*

Und so nehmen wir in unserem Rucksack wieder viel Neues, Inspirierendes mit hinunter ins Tal des Alltags: Der „Blick von oben“, auch heuer wieder das Eintauchen in den Nebel, das Regenwetter, hat gutgetan. Er zeigt uns das große Mosaik unseres Lebens, nichts davon ist verloren oder umsonst.

Es ist kein Zufall, dass zum Abschied zum ersten Mal in diesen vier Tagen wieder die Sonne und der blaue Himmel zum Vorschein kommt. Die Batterien sind wieder aufgeladen, die Sicht auf den Weg, der vor uns liegt, ist wieder hell und klar. 🌸



Nix von dem, was du  
erleb' hasch, nix was  
war und nix was weard.  
Nix von dem isch um-  
masunsch, weil nix von  
dem verlorn geiht. Nix  
von dem, was di bewegt,  
wohin sich deine Tram  
verliern, nix woran dei  
Herz sich hängt, lasst sich  
oafach ausradiern.

Findling



Übersetzung für unsere Nichttiroler:

*Ich darf so sein, wie ich bin, so wie  
ich bin tief in mir drin.*

*Und es leuchtet so schön, wenn ich  
es scheinen lass,*

*funkelt und glitzert wie ein  
Tautropfen im Gras.*

*(Christa Kasehs)*

*Nichts von dem, was du erlebt hast,  
nichts was war und nichst was  
wird.*

*Nichts von dem ist umsonst, weil  
nichts von dem verloren geht.*

*Nichts von dem, was dich bewegt,  
wohin sich deine Träume verlieren,  
nichts woran dein Herz hängt, lässt  
sich einfach ausradiern. (Findling)*

# Berührend und Bewegend

von Barbara Konder

Was war es für mich für eine Freude, als ich las, dass Petra Elmendorff im Juli nach Wien kommen wird. Ein 5-Tages-Kurs. Ich fand ein „Refreshers“ kann nur ein Gewinn sein. Also, anmelden und besuchen. Die Koinzidenz, dass ich meinen ersten 5-Tages-Kurs vor beinahe zehn Jahren bei Petra besucht habe. Wie das Sahnehäubchen.

## Liebevolle Atmosphäre

Der Saal – wie immer liebevoll und nährend von Johanna geschmückt. Die Begrüßung durch Eva und Johanna einladend und empfangend. Auch wie immer. Wie tat es wohl nach einer Durststrecke ohne Präsenzkurse wieder mit anderen Menschen das teilen zu können, was wir alle so lieben und schätzen: Jin Shin Jyutsu.

Ja, und dann ging es los. Petra nahm uns in ihrer feurigen, dynamischen und lebendigen Art mit auf die Reise. Von der 9. Tiefe bis in die 1. Tiefe. Wir durften die Geburt der Sicherheitsschlösser erleben, ebenso die Anwendungen, um diese zu öffnen. Hauptzentralstrom, Betreuer und Vermittler. Komplizierte Formulierungen wie Umkehrung und Zunahme und was damit gemeint ist. Alles wurde beleuchtet. Und uns zugänglich gemacht. Egal ob Erstteilnehmer\*in oder schon öfters dabei, überall gingen Lichter freudig auf.

Und natürlich gab es die geliebten Strömrunden. Dieses Mal zu zweit an der Liege. Wir waren eine kleinere Gruppe, der Saal ja supergroß. Luxus pur, dachte ich mir.

Am vierten und fünften Tag ging es dann mit Text 2 weiter. Organuhr, Organströme und die letzten Seiten waren an der Reihe. Verflüssigte Getreidefunktionsenergie und komprimierte Sauerstofffunktionsenergie, deren Geheimnis konnte Petra in kürzester Zeit lüften und – zumindest mich – von dem Gespenst des Mysteriösen befreien.

Was selbstverständlich nicht fehlte: das Körperlesen ab dem 2. Tag. Wir hatten vier Mal die Gelegenheit „Körperlandschaften“ – wie Petra immer so liebevoll sagt – zu betrachten, zu studieren und unser Augenmerk auf den Harmonisierer zu richten.

*Fortsetzung auf Seite 5*



Wie immer ist diese Zeit eine ganz besondere. Für mich ist es, sich wie in heiligen Hallen aufhalten. Menschen legen sich auf die Liege und lassen uns in ihre Lebensgeschichte schauen. Öffnen sich voller Vertrauen und erzählen. Berühren uns, lassen uns staunen. Und erlauben uns dadurch zu lernen.

Eine solche Geschichte ist die von Rudolf. Berührend. Einmalig. wie ein Märchen. Aber lauscht selbst, indem ihr sie liest. Er hat sich bereit erklärt, sie mit uns allen zu teilen. Danke von Herzen, lieber Rudi (*siehe Seite 8*).

Und als ob es nicht an Berührungen genug gewesen wäre in diesen 5 Tagen, gab es zum Abschluss noch eine.

### Verabschiedung von Johanna als Organisatorin

Nach fast 10 Jahren hat Johanna Urmoneit nun ihren letzten Kurs mit Eva Hackl in Mödling organisiert. Ihr erster Kurs war der schon oben erwähnte mit Petra und es schließt sich für Johanna der Kreis mit diesem Kurs von Petra. Herzlichen Dank, liebe Johanna für Deine stätige, spür-

bare, unaufdringliche, wache Präsenz. Für das Schmücken des Raumes, das Kochen vom Kaffee, das Richten des Buffets, das Verwalten des Lichtes, das Richten der Liegen, das Bereitstellen der Kissen, Tücher und Decken, das Aufsperrn und Schließen des Raumes und für alles, wovon wir Teilnehmer\*innen gar nicht wissen und Du für uns getan hast.

Wir werden Dich vermissen. Und gut, dass Du gesagt hast, Du wirst vorbeischaun. Ich nehme Dich beim Wort, liebe Johanna.

Aber: Eva hat natürlich eine wunderbare Nachfolgerin für Johanna in Bibiane Schmaldienst gefunden. Die beiden haben schon eine längere Weile an der Übergabe des Zepters gearbeitet. Und, was ich wahrnehmen konnte, es ist wunderbar gelungen. Wir sind also auch weiterhin in guten Händen, wenn wir nach Mödling kommen! 🌸



## Neue Co-Organisatorin in Wien

von Eva Hackl



**Bibiana Schmaldienst**, genannt Bibi ist unsere Neue im Team.

Seit mehr als sechs Jahren besucht Bibi Jin Shin Jyutsu Kurse und ist voll Begeisterung und Engagement, wenn es um das Teilen von Wissen ums Strömen geht.

Bei unserem letzten 5-Tage-Kurs im Juli hatte Bibi bereits Gelegenheit, im Hintergrund bei der Kursorganisation zu unterstützen und steht nun in den Startlöchern. Der Themenkurs mit Petra Elmendorff im Mai 2022 wird unser erster Kurs sein, den wir gemeinsam organisieren. Das Thema „*Herzensangelegenheiten – unser Herz, viel mehr als nur ein Organ*“ verleiht unserer Fantasie Flügel. Wir sind voll Freude auf unsere Zusammenarbeit und darauf, vielen Menschen die Möglichkeit zu geben und den Rahmen zu schaffen, um Jin Shin Jyutsu in all seiner Tiefe, Größe und erstaunlichen Einfachheit und Fülle kennenzulernen. 🌸

# 10 Jahre gemeinsam...

von Eva Hackl



Im März 2011 war der erste Jin Shin Jyutsu Kurs, den Johanna Urmoneit und ich gemeinsam in Mödling bei Wien organisiert hatten. Waltraud Riegger-Krause war bei uns für einem Themenkurs und heuer im Juli hat sich der Reigen bei einem 5-Tage-Kurs mit Petra Elmendorff geschlossen. Insgesamt haben wir in dieser Zeitspanne bei 33 Kursen unsere Teilnehmer\*innen und Vortragende empfangen, begleiten und verwöhnen dürfen.

Wie Johanna uns mit ihrem Talent erfreute und begeisterte, Schönheit in den Kursraum zu bringen und das Ambiente passend zum Thema zu gestalten, haben viele von uns erlebt.

Wie Johanna ihr Wissen und ihre Erfahrung geteilt hat, im Hintergrund für das leibliche Wohl un-

serer Teilnehmer sorgte, Verbindungen geschaffen hat und stets zur Stelle war, wenn Unterstützung auf verschiedensten Ebenen gebraucht wurde, war schon bemerkenswert.

Nicht unerwähnt soll bleiben, dass wir unseren bewährten Kursraum, den „Saal Hasslinger“ Johannas Engagement zuschreiben können.

Einfach 10 Jahre gelebte Fülle, um unsere geliebte Kunst des Jin Shin Jyutsu zu bewahren und zu verbreiten und uns besser kennen (helfen) zu lernen.

DANKE liebe Johanna! 🌸



“ Wenn die Welt „unmöglich“ sagt, sagt das Fantasiervolle „es ist getan.“  
Mary Burmeister “



# Strömen in der Pflege

von Hedi Zengerle



Auch heuer kam Barbara Gastager aus der Steiermark wieder nach Vorarlberg, um in einem 2-tägigen

Workshop ihre Erfahrungen und Tipps für Strömen im Pflegealltag (ob im Pflegeheim, in der Hauskrankenpflege oder Betreuung von Angehörigen) weiterzugeben. Vom ersten Augenblick an fesselte sie uns mit ihrer großen Erfahrung und Begeisterung.

Barbara zeigte uns einfachste Strömgriffe, die bei den täglichen Pflegemaßnahmen eingebaut werden können. Es gab immer wieder erstaunte Gesichter und aha-Er-

lebnisse die bestätigten, wie vielfältig der Einsatzbereich für Jin Shin Jyutsu auf diesem Gebiet ist.

Beim gegenseitigen Üben konnten wir selber spüren, wie wichtig die innere Haltung in der Pflege ist. Besonders betonte Barbara die liebevolle Zuwendung bzw. das Sich-Selber-Strömen, um diesem anspruchsvollen Beruf gerecht werden zu können.

Eine Teilnehmerin beschrieb das mit folgenden Worten:

„ Ich bin weicher, liebender geworden, fühle mich aufgehobener, angebunden, getröstet... Mein Herz ist wieder präsent und nur dann geht es mir wirklich gut. Und ich kann weiter tun, was ich zu tun habe und spüre, was zu meinem Aufgabenbereich gehört. Ich bin sehr dankbar! “

# Neue Co-Organisation in Wiener Neustadt

von Isabella Habsburg



Margit Kopp ist bereits im Jahr 2020 beim Themenkurs als Co-Organisatorin von Isabella Habsburg im Einsatz gewesen, da zu der Zeit Elisabeth Haberhauer schon ihre stürmisch auf die Welt drängende Tochter zu Hause hatte. Geplant war sowieso eine Unterstützung durch Margit.

Seitdem ist Margit auch bei der Studiengruppe mit Isabella aktiv, die ab März 2020 in der Regel online stattfindet.

Margit hat 2015 bei einer Holistic Pulsing Ausbildung „zufällig“ Jin Shin Jyutsu kennen gelernt und nach Selbsthilfekursen bei Isabella mit den 5-Tage-Kursen 2017 begonnen. Ihre Praxis am Weidenbach hat sie 2019 eröffnet, die coronabedingt jetzt erst im August mit der Studiengruppe im Zuge eines Strömtages feierlich eingeweiht werden konnte.

Da Margit in Mattersburg/Burgenland lebt, gibt es somit auch dort einen Jin Shin Jyutsu Stützpunkt mit Sitzungen – auch für Tiere – und Strömgruppen. 🐾

# Viel Freude!

Wir vom Vereinsvorstand freuen uns über Margit und Bibi und ihre tatkräftige Unterstützung in den Reihen der österreichischen Organisator\*innen.

**Herzlichen Dank für eure Bereitschaft mitzuarbeiten und mitzugestalten.**



Wir wünschen viel Freude mit den vielfältigen Arbeiten der Kursorganisation!

# Wie Jin Shin Jyutsu mein Leben verändert hat von Rudolf Fritsch

Seit mehr als 45 Jahren hatte mich eine chronische Bronchitis mit ein und manchmal auch zwei Bronchitiden jährlich durch mein Leben begleitet. Bedingt durch einen Gendefekt in der Leber ist meine Lunge nur mäßig geschützt und die Folge war die Einnahme von Antibiotika bei jeder Bronchitis.

Im Herbst 2018 hatte ich wieder eine Bronchitis und eine neuerliche Antibiotika-Einnahme stand bevor.

Im Sommer 2016 sind mir in einer Buchhandlung beim Stöbern in den Regalen zwei Bücher in die Hände gefallen. „**Jin Shin Jyutsu**“ stand vorne drauf. Irgendwie haben beide Bücher interessant ausgesaut und im Wissen, dass es keine Zufälle gibt, habe ich beide Bücher gekauft. Zuhause habe ich in den beiden Büchern ein bisschen geblättert,

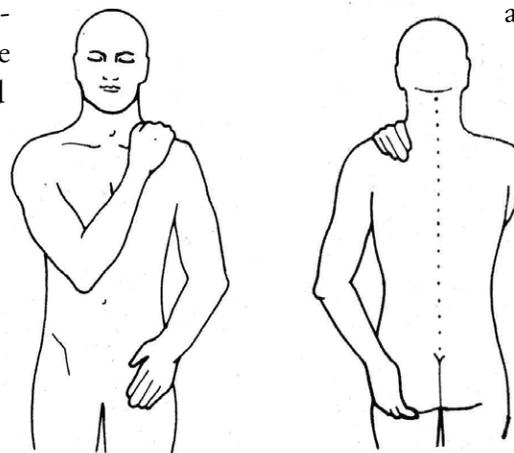
konnte mit dem Inhalt aber nicht wirklich etwas anfangen.

Im Herbst 2018 war ich wieder auf der Suche nach Hilfe für meine Bronchitis. Auch diesmal haben sich diese Bücher mir unübersehbar angeboten. Ich habe die Bücher wieder studiert und dieses Mal war mir klar, das ist etwas, das mir vielleicht helfen könnte.

## SES 3 + SES 15

Ich habe mich dann für eine Sequenz entschieden, die genau mein Thema anspricht, nämlich SES 3 und SES 15. Diese beiden Punkte habe ich dann drei Tage lang und drei Mal täglich je ca. 30 Minuten pro Seite geströmt. Am vierten Tag am Vormittag spürte ich plötzlich Bewegung in meinen Bronchien. Es fühlte sich an, als wenn von den Bronchien etwas abschmelzen

würde. Das Ganze dauerte vielleicht 5-6 Minuten und als wieder Ruhe in meinen Bronchien einkehrte, war mir plötzlich sonnenklar, jetzt bin ich gesund.



## Neue Lebensqualität

Seit damals sind Worte wie Bronchitis, Schnupfen oder Verkühlung nur mehr Worte aus meiner Vergangenheit. Dieses Erlebnis, das mir bis heute so viel an Lebensqualität geschenkt hat, hat

mich so begeistert, dass ich alles über JSJ herausfinden wollte. In der Zwischenzeit habe ich alle drei Jin Shin Jyutsu Selbsthilfekurse bei Eva Hackl in Wien absolviert und mich mit vielen Aspekten des JSJ auseinandergesetzt.

Mit Corona-Verzögerung konnte ich im Juli 2021 an dem lang ersehnten 5-Tage Kurs mit Petra Elmendorff teilnehmen.

In diesem Kurs hatte ich das Glück, beim Körperlesen als „Objekt“ in der Mitte zu verweilen und sehr viel über mich und meine "verbogene" Energie und meine Körperspannungen zu erfahren. Während der Analyse und der nachfolgenden Sequenzen, die von Petra an mir geströmt wurden, traten schon wesentliche Besserungen bei meiner Atmung ein. Die plötzliche Leichtigkeit

meiner Atmung hat sich für mich wie ein Wunder angefühlt.

Das Strömen ist seit 2018 aus meinem Leben nicht mehr wegzudenken. Auch in meiner Familie wird Jin Shin Jyutsu bereits angewendet.

Strömen in der Früh nach dem Aufwachen ist für mich schon ein Ritual. Aber auch tagsüber und am Abend findet sich immer Zeit für ein paar Strömsequenzen, die sich im Laufe des Tages ergeben.

Ich bin dankbar für meine Gesundheit und Fitness, die ich mit meinen fast 73 Jahren immer noch habe. Ich bin auch dankbar, dass mir Jin Shin Jyutsu im wahrsten Sinne des Wortes in mein Leben „gefallen“ ist und ich weiß, dass die tägliche Anwendung von Jin Shin Jyutsu meine Lebensqualität erhält. 🌸

# Das lange Warten hat sich gelohnt ...

von Hedi Zengerle

Für mich als Kursorganisatorin gehört es dazu, dass sich Termine ab und zu ändern, reservierte Räume sich als zu klein erweisen und Kurzsentschlossene sich in allerletzter Minute für einen Kurs anmelden. Mit dem kann ich leben.

Nicht planen und nicht spontan sein und neue Lösungen suchen ist hingegen so gar nicht meine Stärke. Da war das Jahr 2020 eine gehörige Herausforderung ... für uns alle!

Umso größer war dann die Freude, dass heuer Ende August unser 5-Tage-Kurs in Dornbirn mit Mona Harris tatsächlich stattfinden konnte. Wir waren eine kleine



feine Runde mit 26 Personen. Die Teilnehmenden hatten jede Menge Platz während des Unterrichts an ihren Tischen, es gab kein Gedränge am köstlichen Buffet und der Lärmpegel beim lebhaften Austausch in den Pausen war geringer als sonst. Außerdem hatten wir den Luxus, dass bei den praktischen Übungen an der Liege nur zu zweit geströmt wurde. Das bedeutete viel Zeit beim gegenseitigen

Hands on zum Entspannen, Erholen und – so wie ich – gelegentlich auch zum Schnarchen.

Wer Monas Unterrichtsstil schon kennt, weiß, dass es auch bei den theoretischen Einheiten nie chaotisch oder hektisch wurde. Mit großer Begeisterung lauschten die Kursbesucher ihren Erklärungen und lobten die Präsentation mit anschaulichen Zeichnungen.

Die von ihr kreierten Strömkarten waren wirklich ein Geschenk. Und die brandneue Karte mit den Mudras wurde mit großem Hallo begrüßt. ❀

## Ein herzliches Dankeschön

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



„Der Herbst ist immer  
unsre beste Zeit.“

Johann Wolfgang von Goethe

Nächster Redaktionsschluss:

**15. Dezember 2021**

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

Schreib uns

# 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.

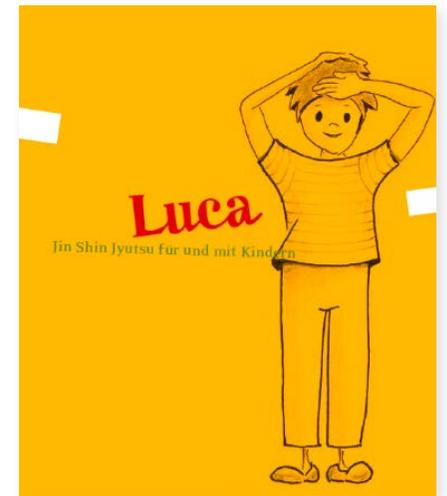
Die vertonten Texte gehen als Kinderlieder gut ins Ohr und sind als Download auf [www.jsj.at](http://www.jsj.at) nach dem Kauf des Buches verfügbar. Kinder lernen erfahrungsgemäß schnell damit umzugehen und haben so eine einfache und wirkungsvolle Möglichkeit, die eigenen Selbstheilungskräfte zu aktivieren und zu stärken.

Der Verein Jin Shin Jyutsu Österreich ist der neue Herausgeber.

Das Kinder-Hörbuch kann **ab Mitte Oktober 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 Jahre ... und all jene, die an Jin Shin Jyutsu interessiert sind. ✨





## Internationaler Tag des Jin Shin Jyutsu

**21. Oktober 2021**

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 2021 in diesem Bewusstsein zu strömen.

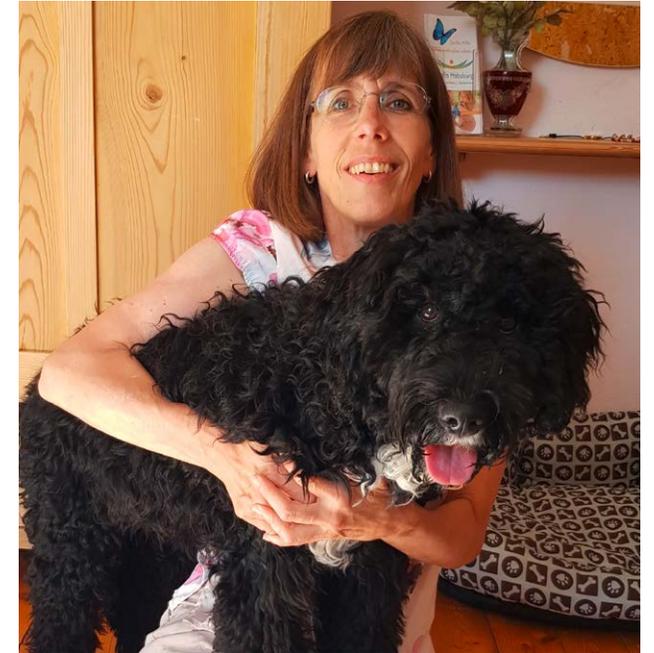
## Eine Hundeströmstory

von Isabella Habsburg

Unsere portugiesische Wasserhündin Tamu wurde Anfang Juli zum zweiten Mal läufig. Eine geraume Zeit später begann sie, sich anders zu benehmen. Der Appetit war nicht da oder sie war plötzlich sehr wählerisch und sogar Lieblings Speisen wurden verschmäht. Sie war öfter matt und lustlos, was man aber auch auf das heiße Wetter hätte schieben können, da ihre Haare schon recht lang waren. Ihre beste Freundin konnte sie nicht animieren. Manchmal schaute sie mir direkt in die Augen und gab ein unglückliches Fiepsen von sich. Was will mir mein Hund sagen? Ich hatte das Gefühl, sie wusste es selbst nicht.

Beim Scheren löste sich ein Sekret aus der Analdrüse und ich hatte nun diese in Verdacht, verstopft oder sogar entzündet zu sein. Nicht alle Hunde zeigen dies durch Schlittenfahren (auf dem Po rutschen) an. Der Tierarzt bestätigte diesen Verdacht nicht. Sonst wäre hier der Blasenstrom das Mittel der Wahl gewesen.

Letztendlich stellte sich heraus, dass Tamu scheinträchtig war – auch ohne Vergrößerung der Zitzen! Die Verhaltensweisen sprachen eindeutig dafür.



Also kam der Milzstrom zum Einsatz – mit ein paar Unterbrechungen, denn raufen wäre ihr dann doch lieber gewesen. Für den nächsten Tag hatte ich den Zentralstrom für den Hormonhaushalt geplant. Den brauchte ich dann aber nicht mehr, denn sie war am nächsten Tag wie ausgewechselt und ist seitdem wieder die „alte“ junge und lustige Hündin. Und das, obwohl ich den Gedanken hatte, nicht „gut“ oder ausgiebig geströmt zu haben.

 [www.isabella-habsburg.at/ideal-fuer-wen/tiere-tierhalter/](http://www.isabella-habsburg.at/ideal-fuer-wen/tiere-tierhalter/)

# Wunderbarer Finger-Zehen- Strom

von Ingrid Lindner

Wie gut diesen so hilfreichen Strom in meinem Leben zu haben, je öfter ich ihn in Krisensituationen anwende, oder auch selbst bekomme, desto mehr steigt meine Achtung vor seiner umfassenden Kraft.

Als meine Mutter (76 Jahre, an Alzheimer erkrankt) nach ihrem coronabedingten Krankenhausaufenthalt wieder nach Hause gebracht wurde, war das eingetreten was wir befürchtet hatten. Wir konnten sie nicht mehr erreichen, sie schien sich in ihre Welt zurückgezogen zu haben und uns nicht mehr zu erkennen. Außerdem hat sie offensichtlich in den 11 Tagen im

Krankenhaus körperlich sehr abgebaut. Sie konnten nicht mehr ohne Stütze sitzen, ihre Beine trugen sie nicht mehr und auch ihre Hände gehorchten ihr nur eingeschränkt. Ihr Körper wirkte zusammengezogen, etwas verkrampft, kraftlos und schwer.

Nachdem wir erkannt hatten, dass sie nicht einmal ihr geliebter Ehemann mit ermutigenden Reden, liebevollen Berührungen, achtsamen Augenkontakt, ihren Lieblingskuchen... erreichen konnten, wurden wir erstmal ganz still und ratlos.

Wie oft wenn ich nicht weiterweiß, kam mir der Finger-Zehen-Strom in den Sinn, den würde meine Mutter zulassen, vielleicht konnte ich ihr auf diese Weise begegnen. So begann ich zu strömen, mein Vater hielt ihr währenddessen jeweils ihre noch freie Hand. Irgendwann, ich weiß nicht mehr in welcher Position, weil ich die Kontrolle ganz losgelassen hatte,

spürte ich erste aktive Regungen meiner Mutter. Mit streichelnden Bewegungen berührte sie meine Handinnenfläche. Etwas später hob sie ihren Blick und schaute erst zu meinen Vater und dann zu mir, ihr ganzes Gesicht verwandelte sich in ein durchdringendes, freudiges Strahlen, das man mit Worten gar nicht beschreiben kann.

Der wichtigste Schritt war geschafft, meine Mutter war wieder in Kontakt mit uns und konnte ihre Freude auch ohne Worte sehr klar ausdrücken, was für ein Glücksgefühl!

Den Finger-Zehen-Strom haben wir noch an den drei folgenden Tagen weiter angewendet.

In diesen Tagen verbesserte sich der Zustand meiner Mutter unglaublich schnell. Sodass sie am fünften Tag wieder ungefähr in dem Zustand wie vor ihrer Covid-19 Erkrankung war.

Körperlich vielleicht etwas schwächer, aber wieder fähig frei zu sitzen, ohne Hilfe zu gehen und selber wieder mit Genuss zu essen. Außerdem begann sie auch wieder mit ihrem lieben Mann zu flirten, viel zu lachen und uns mit ihren warmen braunen Augen oft tief in die Seele zu schauen.

Ich bin demütig – dankbar für dieses so berührende Erlebnis und möchte es zur Ermutigung und Stärkung mit euch teilen. ✨

## Finger – Zehen – Strom

Halte die Finger und die gegenüberliegenden Zehen jede Position ca. 5 Minuten lang.

- ✨ Daumen und kleiner Zeh
- ✨ Zeigefinger und Ringzoh
- ✨ Mittelfinger und Mittelzoh
- ✨ Ringfinger und Zeigezoh
- ✨ kleiner Finger und großer Zeh
- ✨ Handinnenfläche und Fußsohle

Wechsle auf die andere Seite und ströme in der gleichen Reihenfolge.

„Im Herzen unseres Seins besteht ein leiser Puls vollkommener Harmonie“

Rabatt-Aktion!

## Aktion Strömliegen von Jin Shin Jyutsu Österreich

Jin Shin Jyutsu Österreich hat eine Rabattaktion für Strömliegen ins Leben gerufen.

Unser Partner ist das **Massageliegenhaus Massunda in Berlin**.

Die Online-Bestellung, Lieferung, Rechnung und der Versand erfolgt ausschließlich über das Massageliegenhaus [www.massageliegenhaus.com](http://www.massageliegenhaus.com)

Jin Shin Jyutsu Österreich übernimmt keinerlei Haftung.

Bei der Onlinebestellung den **Code JIN15** eingeben und schon reduziert sich der Preis.

Diese Strömliege eignet sich gut für Einsteiger\*innen und für den privaten Strömgebrauch zuhause. Das **Modell Montana aus Holz** z. B. erfüllt Kriterien, die speziell beim Strömen praktisch und angenehm sind:

- » Beinfreiheit beim Sitzen durch das Zentralkabel an der Unterseite der Liege
- » Zusammenklappbar zum Verstauen oder Transportieren
- » Höhenverstellbar

### Rabatt-Aktion

[www.massageliegenhaus.com](http://www.massageliegenhaus.com)

Der **Rabatt von 15 %** ist gültig auf alle Zen- und Massunda-Produkte im Onlineshop.

**Code JIN15**

**Tipp für eine weiche Auflagen, die sich schon sehr bewährt hat, für die Strömliege. Verschiedene Maße sind bestellbar.**

[www.aktivshop.de/aloe-vera-bezuge-fur-best-schlaf-auflagen](http://www.aktivshop.de/aloe-vera-bezuge-fur-best-schlaf-auflagen)

Aloe-Vera-Bezüge für Best-Schlaf Auflagen  
★★★★★  
168 Kundenmeinung(en) | Jetzt bewerten

Bestschlaf  
Schlafen wie ein König

Verfügbarkeit: **Auf Lager.**  
Lieferzeit: ca. 1-3 Werktage

**16,95 €**  
inkl. MwSt., zzgl. [Versandkosten](#)

- ✓ Mit **2 Aloe Vera** verdellte Bezüge für die Best-Schlaf Auflagen
- ✓ Perfekte Passform
- ✓ Mit umlaufendem Reißverschluss

\*Größe  
80 x 190 x 7 cm: 16,95 €

Menge: 1 [In den Warenkorb](#)

[Teilen](#) [Mehr Infos](#)





Massageliegenhaus Massunda  
Suchbegriff / Artikelnummer  
showroom Liegenverleih Über uns Blog Hilfebereich

### Massageliege Massunda Montana





## Neues Qualitätssiegel in Österreich von Hedi Zengerle

Als Fortführung der Gold-Zertifizierung können Fachgruppen-Mitglieder der Wirtschaftskammer ab sofort das österreichweit einheitliche Zertifikat „Berufliche Sorgfalt“ erwerben – kostenfrei und online.

Den hohen Qualitätsanspruch an die eigene Arbeit darzustellen und das Vertrauen in die Humanenergetik zu stärken sind die erklärten Ziele der neuen Zertifizierung „Berufliche Sorgfalt“. Seit Anfang Juni des Jahres haben Mitglieder der Berufsgruppe der Humanenergetiker – zu denen auch die Jin Shin Jyutsu Praktizierenden gehören – die Möglichkeit, das Qualitätssiegel zu erwerben.

Ziel der Berufsgruppe ist es, eine Vielzahl an Mitgliedern für die Zertifizierung zu gewinnen. Gemeinsam soll so ein starkes Zeichen für Verantwortung und Qualität gesetzt werden, da es für die Humanenergetiker als freie Gewerbetreibende noch wichtiger ist, öffentlich wirksam zu zeigen, dass wir größten Wert auf die qualitative Ausübung unseres Berufes legen.

Alle Infos unter: [www.beruflichesorgfalt.at](http://www.beruflichesorgfalt.at) 

## Einladung

zum intensiven Lernen und Praktizieren

Empfehlenswert!

In Dornbirn/Vorarlberg bietet Waltraud Riegger-Krause den erweiterten Jin Shin Jyutsu 5-Tage-Kurs **in 5 Modulen** an. Dieses Kursformat ist echt lässig, interessant, fordernd und bereichernd für jene, die weiterlernen wollen. Eine völlig andere Unterrichtsform mit genügend Raum für Besprechung von Fallbeispielen, Austausch und intensives Strömen. Daneben gibt es neue Ströme und noch viele andere interessante Informationen. Auch SEHR zu empfehlen für langjährige PraktikerInnen.

Insgesamt sind das 15 Kurstage, das entspricht drei 5-Tage-Kursen. Der Preis 1.835 € (ohne 79er-Textbuch) ist in Raten zahlbar. **Voraussetzung:** Fünf komplette 5-Tage-Kurse. Die Gruppe ist auf 20 Personen begrenzt.

Informationen bei Hedi Zengerle ([hedi.zengerle@jsj.at](mailto:hedi.zengerle@jsj.at)) und Brigitte Rein ([brigitte.rein@jsj.at](mailto:brigitte.rein@jsj.at)).

### Kurstermine, jeweils Freitag bis Sonntag

1. Modul: 19. – 21. November 2021
2. Modul: 14. – 16. Januar 2022
3. Modul: 11. – 13. März 2022
4. Modul: 13. – 15. Mai 2022
5. Modul: 1. – 3. Juli 2022

Online-Anmeldung unter [www.jsj.at/de/termine/specials](http://www.jsj.at/de/termine/specials) 





Jin Shin Jyutsu

### 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

### Beiträge von

Rudolf Fritsch, Isabella Habsburg,  
Eva Hackl, Uschi Hölbling,  
Barbara Konder, Ingrid Lindner,  
Hedi Zengerle

### Gestaltung

Jasmine Hessler-Luger

Eine Jahresvorschau der Ausbildungskurse in Österreich, Italien und Liechtenstein gibt es unter:

[www.jsj.at/de/download/aktuelle-kursinformationen/](http://www.jsj.at/de/download/aktuelle-kursinformationen/)

Bei allen Veranstaltungen gelten die zum jeweiligen Zeitpunkt geltenden gesetzlich verordneten Corona Hygiene- und Schutzbestimmung.

## TIROL

**1. – 5. Oktober 2021** in Innsbruck  
5-Tage-Kurs mit Waltraud Riegger-Krause (D)

Anmeldung bitte auf der Website

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

### Anmeldung

Barbara Unterberger, Tel 0664 5433037  
E-Mail: [barbara.unterberger@jsj.at](mailto:barbara.unterberger@jsj.at)



Alle Veranstaltungen mit detaillierten Infos und Online-Anmeldemöglichkeit werden unter [www.jsj.at/de/termine/](http://www.jsj.at/de/termine/) angekündigt.

## Shop



Verschiedene Strömkarten mit anschaulichen Anleitungen zum Selberströmen im handlichen Format (Postkartengröße) und verschiedene Poster gibt es bei Mona Harris zu bestellen:

[www.monaharris.de/de/shop](http://www.monaharris.de/de/shop)

