



Jin Shin Jyutsu

# JIN SHIN JYUTSU

Edition 48 / September 2022 [www.jsj.at](http://www.jsj.at) Herausgeber: Verein Jin Shin Jyutsu Österreich

## Aus dem Inhalt

<i>Pulsehören in Nals</i>	2	Es tat so gut. Themenkurs mit Matthias Roth in Attnang-Puchheim	9
Herzen tanzten.		<i>Neuer Praktiker*innen-Treff im Tiroler Oberland</i>	9
Praktikertreffen in Enns	3	Jin shin Jyutsu für Tiere ... ein besonderer Kurs	10
<i>Stimmen zum Strömen und Wandern im August auf der Gufl.</i>		<i>Petra erschien mir im Traum</i>	11
<i>Ein Stimmungsbild, gemalt von fast allen Teilnehmerinnen</i>	4	Allgemeines Freudestrahlen.	
Leichtigkeit auf der Alm.		Nach 2 Jahren Pandemie endlich wieder ein Präsenz-5-Tage-Kurs	12
Strömen und Wandern und Kulinarik auf der Turnaueralm	7	<i>JSJ-Angebote im 5-Sterne-Hotel</i>	13
<i>Gerstenkorn ade</i>	8	Erikas blauer Fleck	14
		<i>Internationaler JSJ-Tag</i>	15
		Vereinstag am 24.9. in Schwaz	15
		<i>Vorschau</i>	17



# Pulshören in Nals

Ein Vergnügen auf allen Ebenen **Von Stefanie Holzer**



Südtirol ist eine Gegend, die ungewöhnlich reich ist an einsilbigen Ortsnamen mit nur ein paar Buchstaben: Gais, Gsies, Glurns, Kiens, Kuens... Als ich hörte, dass Marlene Nardin im Namen von Mona Harris zum »Pulshören« nach Nals einlud, dachte ich zuerst, es sei ein Tippfehler und sie meinte Mals im Vinschgau. Aber weit gefehlt. Nals gibt's auch, das liegt im Etschtal zwischen Bozen und Meran, dem sogenannten Burggrafenamt, inmitten von abertausenden Apfelbäumen und ist ein hübscher Ort – wenn man durch die Apfelreihen erst einmal ins Zentrum gefunden hat.

Der Kurs fand Ende Juni 2022 im Bildungshaus Lichtenburg statt, wo wir auch wohnten: Das Bildungshaus hat einen ganzen Haufen wunderbar sauberer Zimmer mit je einem kleinen, ebenso sauberen Bad. Ich nehme an, der Fernseher im Zimmer hätte auch funktioniert, aber dafür hatte ich keine Zeit, denn die in Jin Shin Jyutsu geübte »Beziehungspflege« ging nach dem eigentlichen Kurs unter den Teilnehmerinnen weiter, und wir verbrachten die Abende plaudernd.

Insgesamt war der Kurs sehr informativ und unterhaltsam: Wir waren ein erlesener Kreis von etwa 15 Leuten, die zu je einem Drittel aus Deutschland, Österreich und Südtirol kamen. Wir übten das Pulshören aneinander und sprachen ausführlich über Texturen.

Nun, drei Monate nach dem Kurs, kann ich leider nicht behaupten, dass ich die Texturen aus dem Eff-

eff beherrschen würde. Allerdings sitze ich jetzt beim Strömen da und spüre mit einiger Zuversicht hin: Was haben wir denn da? Gummig? Wattig? Elektrisch? Nein, jetzt verändert sich das Ganze sogar, es geht Richtung »Steine und Stäbe«... Die Texturen sind in meinem Kosmos angekommen. Ich werde sie weiter beobachten und sortieren. Ein Anfang ist gemacht, und das ist höchst erfreulich, dafür bedanke ich mich.

Es ist eine besondere Qualität der 5-Tageslehrerin Mona Harris, die mit ihrer stets hilfreichen Assistentin Biggi angereist war, dass sie nicht nur in der Sache firm ist, sondern auch die Kunst des lockeren Blödelns beherrscht, so dass ihrem Vortrag eine animierende Leichtigkeit eigen ist. Man schreibt mit, bis die Finger krachen und hat, das reimt sich jetzt, dabei auch immer wieder was zu lachen.

Mona spricht über »unsere« Kunst und ihre eigenen Anfänge in der Kunst so, dass man sich traut, genau die Fragen zu stellen, die man hat. Man wartet nicht, ob jemand anderer die Frage stellt, denn man fürchtet nicht, sich eine Blöße zu geben.

Abschließend ist noch die Küche der Lichtenburg zu loben und natürlich die umsichtige Organisatorin Marlene, die uns nicht nur umsorgte, sondern trotz Sommerhitze mit höchst stilvollen Outfits erfreute. PS. Die meisten waren mit dem Auto angereist. Es geht aber auch mit dem Zug. Auf der anderen Tal-seite liegt der Ort Vilpian, wo der Zug aus Bozen

*Fortsetzung auf Seite 3*

# Herzen tanzten

Gleich zu Beginn führte uns Doris in eine entspannende Meditation. Jeder bei sich angekommen, strömten wir uns gegenseitig den linken und rechten Vermittler.

Danach waren wir uns alle einig: Es ist Mittagszeit; unser physischer Körper wollte „genährt“ werden. Für das Buffet hatte jeder etwas mitgebracht. Es gab eine Vielfalt von Leckereien. Auf dem Foto kann man das Strahlen der Gesichter sehen, und das schon bevor wir unsere Milz „genährt“ hatten! Gestärkt widmeten wir uns geistig unserem Thema. Sicherheitsgefühl, Nerven, Solarplexus, Körper so schwer wie Blei, Immunsystem, ... waren nur einige Bereiche, die es zu

*Fortsetzung von Seite 2*

Halt macht. Von Vilpian geht man zu Fuß etwa einen Kilometer zum Bildungshaus Lichtenburg hinüber. Aber ich bin sicher, dass Marlene Kursteilnehmer mit viel Gepäck auch abholen würde. Uns JSJ-Studierenden geht es einfach gut! 🌸

**Unser Thema war MILZ, perfekt passend zum Sternzeichen Krebs. Bericht vom Praktikertreffen am 9. Juli 2022 in Enns** Von Gerald Stieger

beleuchten gab. Wir kamen auch zu der Erkenntnis, wenn wir unserem Körper ab und zu etwas zufügen, das ihm schadet oder nicht so guttut, seien es Nachrichten, ein Stelze, ... dann gleicht unse-

re Milz-Energie das wieder aus. Ist dies nicht beruhigend?

Anschließend luden wir unsere Sonnenbank mit unseren Starthilfekabeln wieder auf.

Doris hatte uns schon am Anfang

mitgeteilt, dass sie ihre vorbereiteten Unterlagen zu Hause vergessen hatte. Aber sie brauchte ihre Spickzettel gar nicht, wir wurden wie immer vollkommen durch den Tag geführt. Da hat man wie-



*Sabine Haas, Anita Stieger, Christian Reiser, Gabriele Leopoldsberger, Erika Rokita, Michael Moser, Monika Zachbauer, Maria Radinger, Bibiane Glocker, Gabriele Lischka*

der gesehen, dass aus winzig kleinen „Problemen“ Projekte werden.

Perfekt passend zum Ende durfte sich jeder von Sabine ein Gedicht aus „What Mary says“ ziehen. Einige konnten mit ihren gezogenen Wörtern nicht so viel anfangen, aber mit Doris Übersetzung verspürten sie ein Gefühl des Genährtseins.

In der Schlussrunde bedankte sich jeder dafür, dass wir gemeinsam einen Tag des Miteinanders hatten erleben dürfen. Das gegenseitige Strömen, das Berührtwerden, der Austausch, die netten Worte, das hat in der Gruppe eine noch ganz andere, besondere Qualität. Es war wieder ein inspirierter und erfüllter Tag mit einer tollen, wunderbaren Gruppe!

Danke, liebe Doris, dass du dies immer für uns ermöglichst. Das Wissen, dass unser nächstes Treffen im Herbst sein wird, lässt unsere Herzen tanzen. Schließlich bringt ja der Milzstrom die Energie zum Herzen. 🌸

# Stimmen zum Strömen und Wandern im August auf der Gufl

Ein Stimmungsbild, gemalt von fast allen Teilnehmern



Es war im August 2022. Viele Bücher lagen auf zwei Tischen

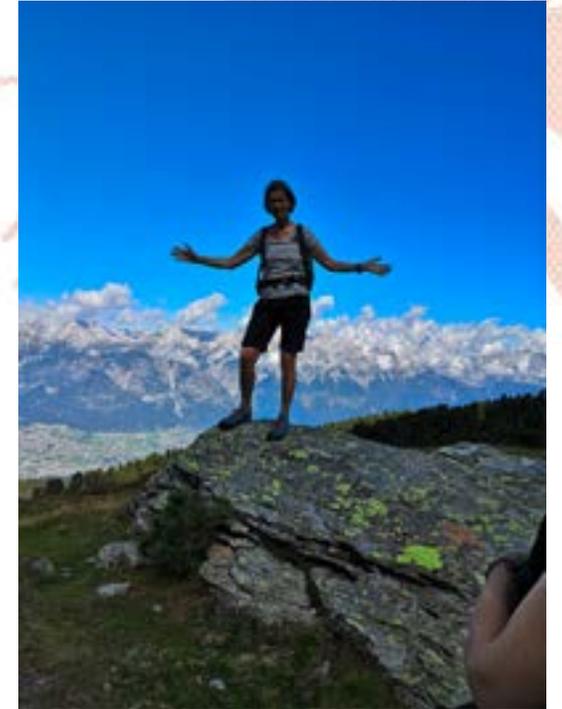
*Ich fand heut Nachmittag schon Beeren zwischen den Büschen. Der Wald wolkenverhangen und mystisch.*

Bereits nach nur einem Tag wird mir die Qualität dieser besonderen Zeit und Tage sehr bewusst. Tiefgehende und berührende Gespräche und auch Berührungen auf allen Ebenen prägen diese gemeinsamen Momente. So viel Herzenergie auf einem Fleck!

*Fast wie eine große Familie, wo jeder wachsen kann und wir miteinander wachsen, verbunden durch die Energie des Jin Shin Jyutsu.*

Genau, das Strömen verbindet uns, aber auch die anderen gemeinsamen Aktivitäten, wie das Wandern in den Bergen, zusammen Leckeres essen oder Kuhdung verbrennen (Agnihotra).

*Etwas vom Schönsten, sagte am ersten Tag Elli, ist die Stille, die beim Strö-*



*men eintritt. Ich finde, die Stille wird veredelt durch das vereinzelt auftretende Ausatmen, das mich an die Autobustüren meiner Schulzeit erinnert: Druck wird abgelassen.*

Ein schlichtes Gedicht: Die Zeit auf der Gufl hat mein Leben sehr bereichert und ist ab sofort in meinem Herzen gespeichert.

*Die morgendlichen und abendlichen*



*Strömeinheiten wurden mit dem Agnihotra-Ritual (Feuer in einer Kupferschale + Kuhdung) abgerundet. Neben dem Harmonisieren durch das Strömen konnten wir dadurch die Atmosphäre, die Umwelt und unser feinstoffliches System bei der Heilung unterstützen.*

Körper SEIN und NEU werden!  
Im Begreifen anderer Ebenen sich austauschen, Energien fließen lassen... Entwirren, klären, den Weg freimachen – und wachsen in der Berührung, hinein in ein neues Bewusstsein. Im JSJ Mensch sein und Kanal und Engel – in Demut und Freude und Verbundenheit!

*Im Sommer dauerten meine Ferien neun Wochen, da machte ich von Barcelona bis Schottland wunderbare Sachen, aber das absolute Highlight ist die Gufl tief im Wald, meine Wohlfühlerholungsenergieinsel – hoffentlich bis bald.*

Auf der Gufl ankommen – liebe Frauen kennenlernen – strömen –



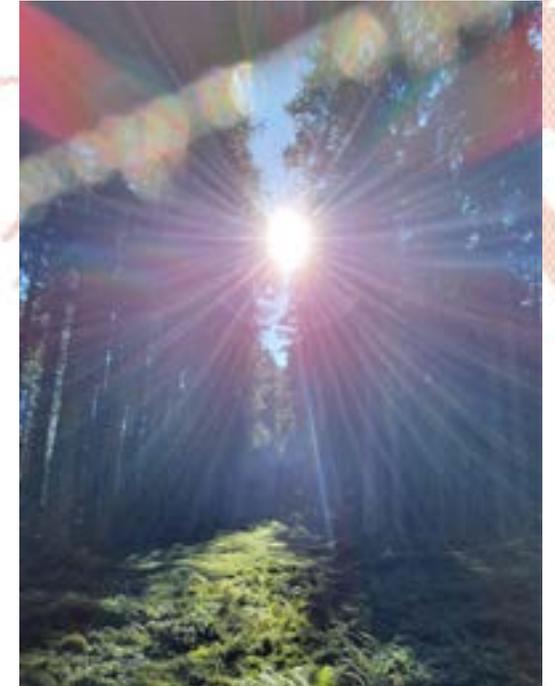
wandern – singen – tanzen – Waldbaden – Gemütlichkeit – einfach wunderbare Geschenke mit guter Betreuung und feinem Essen. Dankbar für alles fahre ich heim!

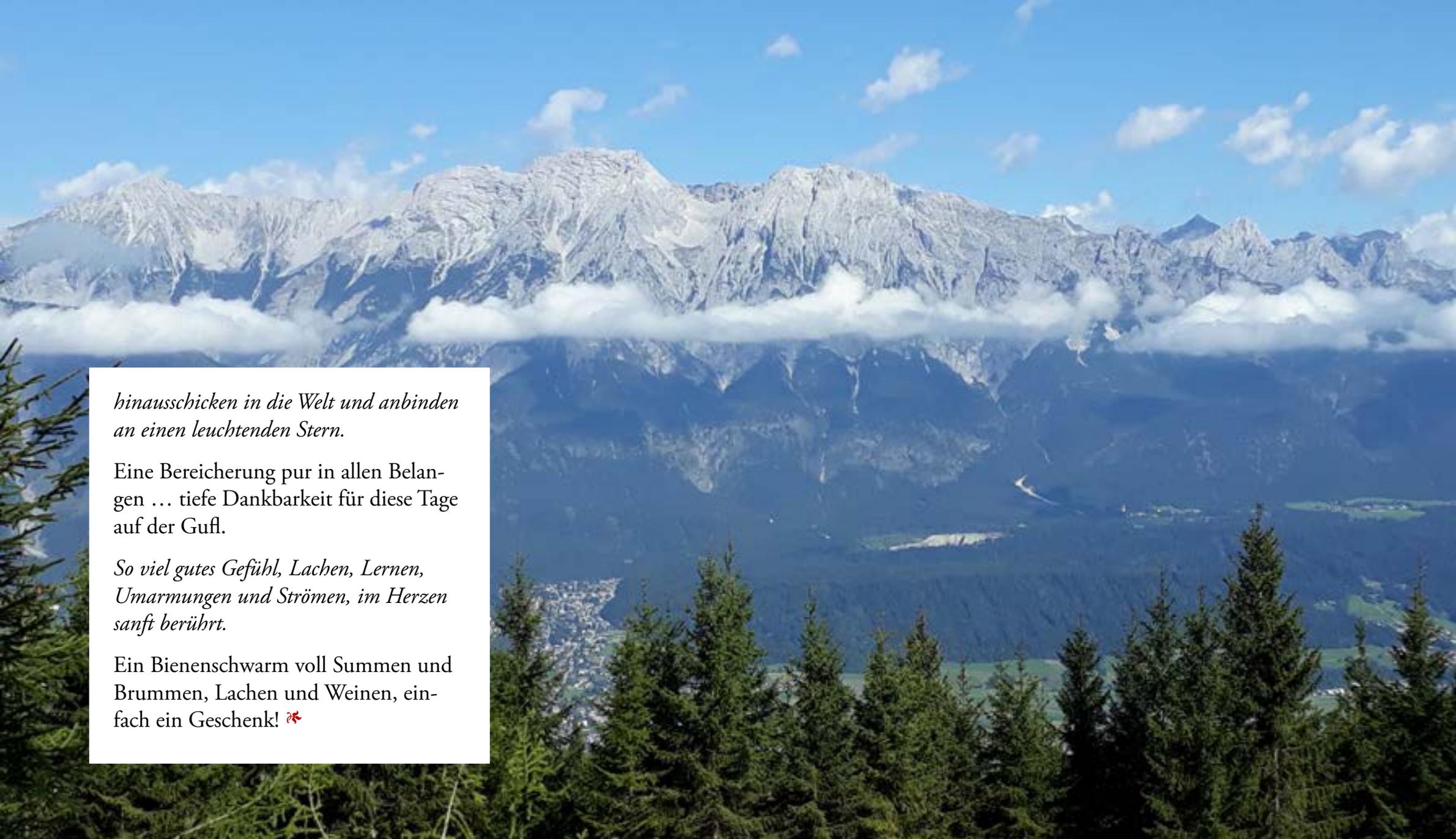
*Mehr Zeit für Strömen, Meditation und Lesen in den Alltag mitnehmen:*

Ich war da und komme sicher wieder. Es war einfach spitze...

*Und unsere Herzen sind gewaschen, erfüllt mit Liebe, Freude und so wohl-tuendem, befreiendem Lachen, das wir*

*Fortsetzung auf Seite 6*





*hinausschicken in die Welt und anbinden  
an einen leuchtenden Stern.*

Eine Bereicherung pur in allen Belan-  
gen ... tiefe Dankbarkeit für diese Tage  
auf der Gufl.

*So viel gutes Gefühl, Lachen, Lernen,  
Umarmungen und Strömen, im Herzen  
sanft berührt.*

Ein Bienenschwarm voll Summen und  
Brummen, Lachen und Weinen, ein-  
fach ein Geschenk! 🐝

# Leichtigkeit auf der Alm

## Strömen und Wandern und Kulinarik auf der Turnaueralm

Von Bibiana Glocker

Schon der Beginn war eine wunderbare Erfahrung. Wir drei Oberösterreicherinnen Doris, Gabriele und ich, hatten uns mit Maria aus Graz in Sattledt verabredet. Gemeinsam bzw. im Konvoi fuhren wir nach Leoben, wo wir unsere deutsche Ström-

freundin Tanja am Bahnhof abholten. Beim Gasthaus Scheickl auf der Brunnalm trafen wir uns mit Erika. Nun waren wir komplett und starteten zu sechst unsere Wanderung. Bei wunderbarem Wetter und angenehmer Temperatur stiegen wir vertrauensvoll



mit unserem Gepäck auf dem Rücken zur Turnaueralm in 1385 m Höhe auf. Nach etwa zwei Stunden Gehzeit erreichten wir das Schutzhaus, wo wir von den beiden Mitströmerinnen Manuela und Chrissi sowie vom wunderbaren Küchenteam, bestehend aus Johanna und Ute, bereits erwartet und herzlichst begrüßt wurden.

Wir starteten mit einem gemeinsamen Abendessen im Freien – unbeschreiblich,

was uns da aufgetischt wurde – gschmackig, gesund, liebevoll garniert, ein Genuss für Auge und Gaumen. Und in dieser Art ging es weiter – Frühstück, Mittag- und Abendessen, dazwischen oder danach noch Torte, Marillenknödel oder Schwarzbeer-Schleck. Ich kann nur schwärmen und nochmals einen großen Dank an die begnadeten Köchinnen aussprechen, die mit viel Liebe und Achtsamkeit diese köstlichen Gerichte

zubereitet haben.

Wie bereits erwähnt waren wir acht Frauen, die sich zweimal täglich strömten. Wer mit wem auf welcher Liege zusammenkam, haben wir jedes Mal neu gezogen. Eine wunderbare Erfahrung war es, uns bereits um 7 Uhr zu treffen und diese heilige Zeit am frühen Morgen zum Strömen zu nutzen. Wir verbrachten viel Zeit im Freien, nicht nur beim Wandern und Essen, sondern auch um die Natur rund ums Schutzhaus mit allen Sinnen aufzunehmen. Nach kurzer Zeit spürten wir eine tiefe innere Ruhe – ausgelöst durch das Gezwitscher der Schwalbeneltern, die ihre Jungen versorgten und zum Fliegen animierten, durch das Rauschen der sich im Wind bewegenden Fichten und das meditative Kuhglockengebimmel der ringsherum weidenden Kühe.

Zudem gab es kaum Netzempfang und somit keine Ablenkung durch Nachrichten von außen. Ja, es kam uns vor, als wären wir in einer anderen Welt, voller Stille und doch so voller Lebendigkeit, Fröhlichkeit und Leichtigkeit. Wir haben gesungen, getanzt, gelacht, geströmt, uns ausgetauscht und tiefe Gespräche geführt. Wir durften alle sein, wie wir sind. Auch einige Wanderer kamen vorbei – u.a. ein Jodellehrer. Gemeinsam mit ihm haben wir einen Jodler gesungen, und hinterher meinte er, wir hätten Potential! So gingen die Tage viel zu schnell vorbei, und bevor wir auseinander gingen, fixierten wir den Termin für das nächste Jahr, vom 16. bis 19. Juli 2023, zu dem wir auch weitere StrömerInnen herzlich einladen möchten. ✨

„Sei ganz einfach, und die Antwort wird kommen.“

Mary Burmeister

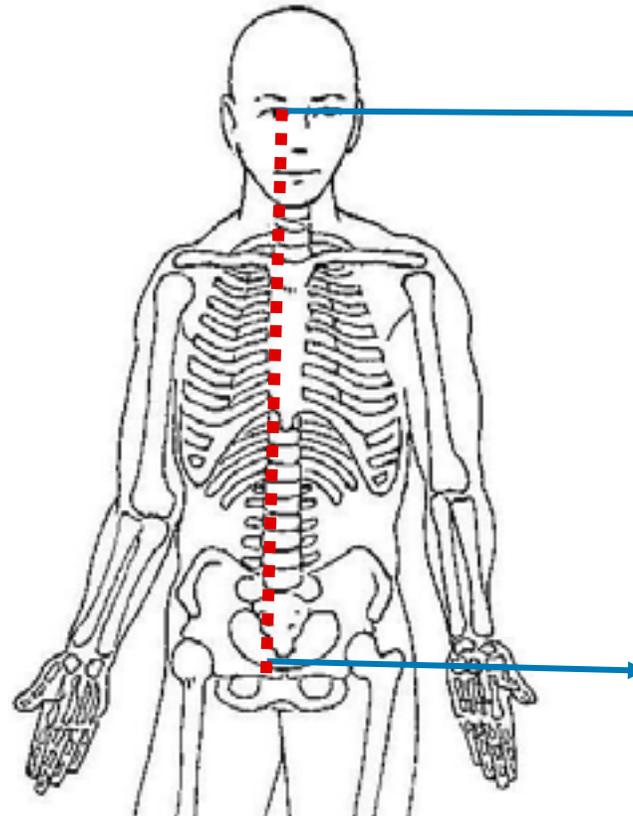
## Gerstenkorn ade Von Hedi Zengerle

Eine Bekannte kommt zum Kaffeetrinken vorbei. Wir sitzen gemütlich am Tisch, da erwähnt sie beiläufig, dass der Lidrand am

rechten Auge juckt, heiß ist und schmerzt. „Ich fürchte, da entwickelt sich gerade ein Gerstenkorn“, sagt sie dann. Natürlich kann ich

nicht still sein und empfehle ihr, am Schambein in der Lotlinie zum juckenden Augenlid eine schmerzende Stelle zu ertasten.

Sie probiert es gleich aus, tastet mit den Fingern und macht große Augen, als sie tatsächlich eine schmerzende Stelle entdeckt. „Aua“ höre ich sie erstaunt sagen. Mit der Ansage, diese Position in den nächsten Stunden mehrmals gezielt mit einer Hand zu strömen, verabschieden wir uns. Als ich sie zwei Tage später fragte, wie es dem schmerzenden Auge gehe, meinte sie stolz: „Das Gerstenkorn ist Geschichte.“ ✨



= Auswirkung

Die vorne absteigende Energie wird rechts an der entsprechenden Stelle am Schambein blockiert.

Das kann beim rechten Augenlid eine Stauung verursachen (siehe Text 2, Seite 45)

= Ursache

## Es tat so gut

Eindrücke von einem Themenkurs mit Matthias Roth in Attnang-Puchheim (1.–3. 8. 2022) Von Nicole Pirc

Matthias Roth war wieder im Lande, mehr Menschen als beim letzten Mal wollten seine Sicht der Organfunktionsenergie fühlen bzw. lernen, was sie eigentlich

hervor, noch dazu, wenn man den Morgen mit einem gewissen „ETWAS“ startet, nämlich damit, das Leben an sich heranzuziehen, sich einzuspinnen, am Körper



mit einem macht. Dass alles mit allem verbunden ist, ruft schon längst keine Verwunderung mehr

entlangstrudeln und kreuzen zu lassen, am besten 3x an der Zahl – das bringt müde Gemüter wie-

der auf Trab (hört sich sehr nach einem vermittelndem Prinzip an, nicht?) Die 3 passt auch deswegen, weil wir 21 (2+1=3) herzliche Teilnehmer waren! Wer das Foto genau betrachtet, stellt sogar fest, dass sich die ganze Gruppe, ohne darum gebeten worden zu sein, zu einem HERZ formiert hat! Zum Schluss gab es noch

ein kleines Geschenktütchen für Manuela, Doris und Matthias. Wie kleine Kinder strahlen die drei! Aber aus jedem einzelnen wurde ein Strahlen herausgekitzelt, in dem Wissen, dass uns die Herzfunktionsenergie einhüllt mit einer gleichzeitigen gesunden Abgrenzung – und ein Feuerwerk in uns zünden lässt, um das uns jede 3. Tiefe im Frühling beneidet...

Kurz gesagt, es war ein phantastischer, erhellender, funkengebender Kurs mit ganz viel Herz! Uns

*Fortsetzung auf Seite 10*

## Neuer Praktiker\*innen-Treff im Tiroler Oberland

Wir starten im Sozialsprengel Telfs ein monatliches Treffen für alle Jin Shin Jyutsu-Begeisterten, die mindestens einen 5-Tageskurs absolviert haben. Wir strömen gegenseitig und tauschen uns aus.

Wo: Sozialsprengel Telfs, großer Saal, Kirchstraße 12, 6410 Telfs

Wann: 27. September, 25. Oktober, 22. November, 20. Dezember 2022 jeweils 18– 20Uhr

Unkostenbeitrag: 7 Euro pro Person

Wir bitten um Anmeldung, um sicherstellen zu können, dass genug Liegen da sind. Wenn du eine Liege mitbringen kannst, freuen wir uns.

Anmeldungen entweder per E-Mail an [irenewieser@gmail.com](mailto:irenewieser@gmail.com) oder telefonisch bei Natalie: 0664 3809886, Irene: 0650 9721106.

Wir freuen uns schon darauf!

*Natalie Groblicher & Irene Wieser*



selbst strahlen und die Brust stolz anschwellen zu lassen, ohne Überheblichkeit, das haben wir in drei Tagen lernen dürfen. Mein persönliches Aha-Erlebnis fühlte sich so an, als würde mir ein Flügel wachsen. Meine linke Hand hat Feuer gefangen. Vielleicht hatte Michelangelo mit der „Erschaffung Adams“ auch schon eine „JSJ-Vorahnung“ für die Nachwelt festgehalten. Denn hier sieht man, dass die linke (Herz) und die rechte Hand (Niere) eine bedeutende Rolle spielen! Das Leben wieder zu einem herzuführen, wie mit einem Lasso einzufangen, das Feuer wieder zum Lodern bringen, Müdigkeit wegzuschwemmen und sich seinem eigenen Sein hinzugeben, sind nur Aspekte dieses tollen Kurses. Aber ich sage euch, wenn der „Himmel“ (13) offen ist, ist

es tatsächlich möglich, dass sich Fragen (Mensch; 14) von alleine beantworten und in die „Erde“ (15) wandern dürfen!, bevor sich überhaupt Fragen stellen! (wenn man geduldig genug ist). Das war mein Highlight. Oder hat das Leben in mir und in allen anderen auf der Zauberflöte die liebe Melodie des herzlichen, erfüllenden, süßen Lebens und somit die Funken der Begeisterung im Herz wieder neu zum Leuchten gebracht? Seitdem darf ich sagen, dass ich mit Komplimenten beschenkt werde, egal ob von Mann oder Frau, es tut einfach so gut, es einfach mal „annehmen“ zu können und „wachsen“ zu lassen. Nun darf ich auch nach langem – endlich danke sagen zu der, die ich bin; egal was geschehen ist, wie schwierig es war, ich bin genau

an dem Punkt, an dem ich jetzt stehe; ich kann das Leben aushalten, egal, in welchen Facetten es sich mir zeigt/spiegelt. In der Mitte zu bleiben, trotz allem was von außen so anprallt, das ist doch mal eine Kunst!

Der Löwe hat schon recht, wenn er sagt „ICH BIN“ – der Schöpfer meines Lebens... Und diese Chance habe ich jeden neuen Tag in meinem Leben, alle, jeder Einzelne von uns allen!

Also gib dir einen Schubs und gib auch du deinem Herzenswunsch nach – und besuche einen Themenkurs, es tut einfach so gut, unter Gleichgesinnten zu sein, dies ist eine wirkliche Kur, für Körper, Geist und Seele! Endlich wieder in Präsenz, jahhh!

Herrlich. 🌸

## Jin Shin Jyutsu für Tiere... ein besonderer Kurs

Die Voraussetzung für diesen Kurs ist ein 5-Tage-Kurs.

Aufbau für 5-Tage-Kurs-Absolventen

- Anatomie und die Lage der Sicherheitsenergieschlösser beim Tier
- Harmonisierung von Einstellungen beim Tier
- Pulsefühlen
- Dreieinigkeitsströme und Organströme aus Buch 1 – passend auch für Großtiere
- Hinweise für deine Sicherheit beim Strömen
- Wir arbeiten mit Hunden und, wer mag, auch mit Pferden

Termin: 22. Oktober 2020, Samstag, 9.00 bis 18 Uhr, Einchecken ab 8.30 Uhr

Ort: 5204 Straßwalchen (Sbg), auch gut mit der Bahn erreichbar

Beitrag: 165 Euro inkl. umfangreichen Skript und laminierten Poster

Anmeldung: bitte bei Isabella Habsburg oder über [www.jsj.at](http://www.jsj.at) (Termine, Tierkurse)

[Isabella Habsburg](http://www.isabella-habsburg.at). Jin Shin Jyutsu für Mensch & Tier, Tierheilpraktikerin (dt. Recht)

Web: [www.isabella-habsburg.at](http://www.isabella-habsburg.at)

Email: [hallo@isabella-habsburg.at](mailto:hallo@isabella-habsburg.at)



# Petra erschien mir im Traum

Von Stefanie Holzer

Seit ein paar Wochen war ich von einer lieben Freundin wöchentlich geströmt worden und strömte mich selber jeden Tag. So kam es, dass ich nach einer längeren Phase der Erschöpfung glücklicherweise wieder mehrere Stunden am Stück schlafen konnte. Die Wohltat des verbesserten Nachtschlafs wurde damit gekrönt, dass ich auch wieder zu träumen begann. Allerdings konnte ich mich am Morgen nie daran erinnern, was ich geträumt hatte. Ich wusste nur, da war etwas gewesen. Das war nach einigen traumlosen Jahren immerhin schon etwas. Dann allerdings wachte ich auf und hatte ein Bild aus meinem Traum vor Augen. Ich sah: Petra Elmendorff. Was ich von ihr sah, war eine Art Passbild.

Petra lächelte und sah zufrieden und selbstbewusst aus. Ich meine, sie war in meinem Traum ein bisschen jünger; das Bild stammte wohl aus den Nuller- oder den Zehner-Jahren. Wahrscheinlich steht diese »traumhafte« Verjüngung für Petras Tatkraft. Nun ja. Mein Traumfitzelchen bestand



nur aus diesem Standbild. Nichts sonst. Weder strömte sie, noch sprach sie über Astrologie, Quantentheorie oder Quickies für dieses oder jenes. Was bedeutete dieser Standbildtraum? Warum träumte ich gerade von Petra?

Meinen bisher letzten Kurs hatte ich im Juni bei Mona in Nals besucht, nicht bei Petra ... Nun, ich brauchte ein bisschen, bis ich mir zusammenreimte, dass dieses Bild eine Einladung war, mir etwas zu wünschen. Was soll ich mir von Petra wünschen? Da musste ich nicht lange nachdenken: Ich wünsche mir eine kleine Schrift für astrologische Anfänger, die ich als Jin-Shin-Jyutsu-Praktikerin lesen und studieren kann, damit mir die Wirkung und Bedeutung von Venus, Merkur und Saturn auf mich und meine Klienten klarer wird. Das könnte ein schöner kompakter Text im »Newsletter« des österreichischen Vereins oder/und im »Main Central« sein, dachte ich, oder vielleicht doch besser eine kleine Broschüre, die man bei Kursen verkaufen könnte? Und warum nicht gleich beides – oder zuerst das eine und dann das andere?

Die Wirkung so einer Broschüre wäre mannigfaltig: Zuvorderst könnte ich etwa meiner eigenen Unkenntnis in Sachen Astrologie etwas abhelfen. Dann bekäme die große Community der deutschsprachigen Strömenden ein Lebenszeichen, das sie bestellen, kaufen könnten. So ein Lebenszeichen hätte auch den Effekt, dass Menschen sich wieder verstärkt daran erinnern, dass sie sich und andere

*Fortsetzung auf Seite 12*

# Allgemeines Freudestrahlen

## Nach zwei Jahren Pandemie endlich wieder ein Präsenz-5-Tage Kurs

Von Ingrid Kogler

Als Barbara und ich im April begannen, unseren Präsenz-5-Tage Kurs mit Waltraud für Juni vorzubereiten, wussten wir noch nicht, ob das auch in dieser Form möglich sein würde. Unser

*Fortsetzung von Seite 11*

strömen könnten. So ein Lebenszeichen bedeutet Bewegung und Wachstum des Bewusstseins über das Strömen. Ich finde, die Dinge im »World Wide Web« wunderbar, aber sie verwehen so schnell. So eine Broschüre wäre dagegen etwas Bleibendes, das man immer wieder in die Hand nehmen kann.

Und dann wurde mir klar, ich habe wohl von Petra geträumt, weil sie mir ein bisschen Mut schicken wollte, den ich brauchte, um einen solchen Vorschlag öffentlich zu machen. Ich kann mir übrigens gut vorstellen, dass

Fokus war jedoch immer darauf gerichtet. Deshalb wurde unsere Freude und Begeisterung größer und größer, als alle Anzeichen in Richtung Präsenzkurs gingen und

Petra so eine Broschüre schon längst machen wollte. Es fehlte nur der Anstoß... Und ehrlich gesagt, kann ich mir auch sehr gut vorstellen, dass ich bald von Mona träume, von Waltraud und Martina. Es ließe sich eine ganze Reihe von kleinen Broschüren aus dem Material machen, das unsere großartigen Lehrerinnen seit einiger Zeit online anbieten. Ich bin wirklich sehr gespannt, was in diesen turbulenten Zeiten noch alles passiert. Es ist ja so viel möglich! Viel mehr als wir denken, sagte Jed Schwartz einmal. Also: Ich bin hoffnungsfroh. 🌸



wir immer mehr Anmeldungen erhielten.

Am 10. Juni 2022 war es dann soweit und wir konnten in St. Ruprecht an der Raab (Nähe Graz) insgesamt 34 Teilnehmer\*innen zu unserem 5-Tage Kurs persönlich begrüßen. Waltraud hat uns mit ihrem so umfassenden Wissen um Jin Shin Jyutsu begeistert. Einige von uns haben viel Neues erfahren, und wir alle haben vieles vertiefen können. Wieder die „Hände anlegen“ zu dürfen in den Strömungen und auch in der Gruppe wieder selbst geströmt zu werden, war für mich ein besonderes Erlebnis und in jeder Hinsicht berührend.

Das gegenseitige Kennenlernen, das Wieder-Zusammentreffen mit vertrauten Menschen und einfach wieder face-to-face Gedanken austauschen zu können, war Freude pur.

Wir danken Waltraud und allen Teilnehmer\*innen für die angenehme und herzliche Stimmung während des gesamten Kurses. 🌸



## JSJ-Angebote im 5-Sterne-Hotel Von Natalie Großlercher

Das Alpenresort Schwarz am Mieminger Plateau/Tirol ist ein sehr beliebtes und familienfreundliches Urlaubsziel für viele Gäste. Das Wellnesshotel bietet ein sehr umfang- und abwechslungsreiches Programm: Neben Yoga- und Sporteinheiten, Klangschalenmeditationen und Waldbaden hat nun auch Jin Shin Jyutsu seinen

festen Platz im Wochenprogramm erhalten. Mit Demut und Freude darf ich seit Juni 2022 die Kunst der Selbsthilfe weitergeben und immer wieder auf interessierte, neugierige Menschen treffen, die sich auf Neues einlassen.

Das gemeinsame Strömen wurde ohne viel Werbung von Beginn an, von Menschen je-

den Alters, sehr gut angenommen, und ich bin nach jeder Einheit immer wieder erfüllt von Dankbarkeit, diese Kunst zu kennen und sie nun auch in meinem Arbeitsumfeld an Gäste und Mitarbeiter weitergeben zu dürfen. ✨

### Ein herzliches Dankeschön

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

1 1 1

Nächster Redaktionsschluss:  
**1. Feber 2023**

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

1 1 1

Wir freuen uns auf Eure Texte, Zuschriften und Vorschläge!

## Erikas blauer Fleck

Von Stefanie Holzer

Meine Freundin E. war beim Wandern gestürzt. Sie hatte Schmerzen im Handgelenk. Wir strömten ein Weilchen Rechts auf Links, danach ging E. in dem Gefühl nach Hause, am nächsten Tag wahrscheinlich nicht Rad fahren und schon gar nicht Gemüse schneiden zu können. Zwei Tage später schickte sie ein Foto, das ihre blaue Hand zeigt. Allerdings hatte sie überhaupt keine Schmerzen gehabt und das Handgelenk war stets einsatzbereit gewesen. 🌸



## Waltraud Riegger-Krause Jin Shin Jyutsu für Frauen

Sanfte Selbsthilfe für die Wechseljahre  
sowie die körperliche und geistige  
Fruchtbarkeit

Die Jin-Shin-Jyutsu-Dozentin und  
Autorin Waltraud Riegger-Krause  
beschreibt ausführlich Strömsequenzen  
für die praktische Selbsthilfe und bietet  
Rat bei allen wichtigen Aspekten der  
Frauengesundheit.  
So können auch die Wechseljahre und die  
Zeit danach als eine weitere spannende  
Phase des weiblichen Lebenszyklus  
begrüßt werden.

€ 20,60 [A], Irisiana Verlag, München.  
Gebunden, 192 Seiten/120 Farbfotos

WALTRAUD RIEGGER-KRAUSE

## JIN SHIN JYUTSU für Frauen

Sanfte Selbsthilfe  
für die Wechseljahre  
sowie die körperliche  
und geistige Fruchtbarkeit



IRISIANA



## Internationaler Tag des Jin Shin Jyutsu

An einem Tag im Jahr, an Mary Burmeisters Geburtstag am 21. Oktober, wollen wir uns in besonderer Dankbarkeit an diejenigen erinnern, die uns das Jin Shin Jyutsu näher gebracht haben. Zugleich fühlen wir uns mit allen Menschen ver-

bunden, die verteilt über den Globus die Freude am Strömen mit uns gemeinsam haben. Alle sind herzlich eingeladen, am Freitag, den 21. Oktober 2022 in diesem Bewusstsein zu strömen. 🌸

## Vereinstag am 24.9. in Schwaz

Die achtsame Berührung beim Strömen bedarf einer großen Liebe und Bewusstheit, um mit Respekt und Achtung dem Gegenüber zu begegnen. Wir berühren nicht nur einen Körper, sondern ein menschliches Wesen. In der Beschäftigung mit Marys Philosophie „ERKENNE MICH SELBST, SEI ES IST, IST“ lernen und begreifen wir immer tiefer, wie wichtig unsere Haltung und Präsenz in jeder Begegnung und Berührung ist.

Anmerkung beim SES 2, der Symphysis Pubica.  
Referentinnen: Isabella Habsburg, JSJ-Praktikerin und SH-Lehrerin für Mensch und Tier, Organisatorin, Cranio Sacral Osteopathin, Omnipathin  
Doris Grellmann, JSJ-Praktikerin und SH-Lehrerin, Organisatorin, Heilpraktikerin  
Ort: Paulinum, 6130 Schwaz  
Zeiten: 10:00 Uhr Ankommen  
10:30 Uhr Beginn

„Verändere deinen Blickwinkel,  
hör auf, negative Samen zu bewässern.“

*Mary Burmeister*

Am Vereinstag werden wir einerseits dieses Verständnis vertiefen und uns andererseits mit konkreten Fragen der Berührung am physischen Körper beschäftigen. Wir machen einen anatomischen Ausflug in unseren Körper, der auch strukturell dauernd in Bewegung ist, auch wenn wir im Ruhezustand sind. Am Beispiel der Hüfte und seiner einzelnen Knochen beGreifen wir diese Beweglichkeit in der Praxisrunde und vertiefen damit unser Wissen und Verständnis beim Körperlesen. Unter anderem begeben wir uns auf die Spur der

Referate von Doris Grellmann und Isabella Habsburg  
12:30 Uhr Mittagessen  
14:15 Uhr gegenseitiges Strömen  
16:00 Uhr Ausklang  
Anmeldung: bis spätestens 8.9.2022 auf der Homepage [www.jsj.at](http://www.jsj.at), unter Termine/Specials: Vereinstag 🌸

### Save the Date

Die nächste GV des Vereins wird am 28. Jänner 2023, je nach Möglichkeit, online oder in Präsenz stattfinden.

# 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.

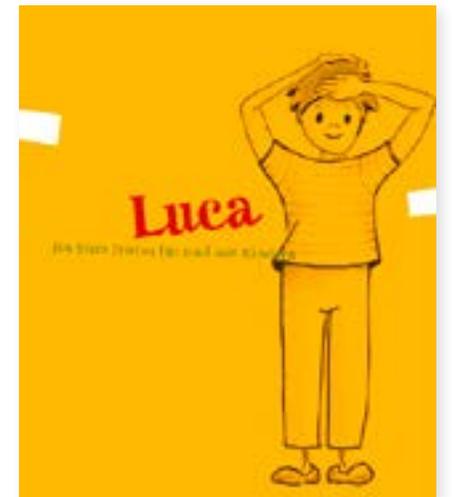
Weil es ihm selbst so gut tut, möchte Luca auch andere Kinder dazu motivieren, Jin Shin Jyutsu auszuprobieren. Mit lustigen Reimen und witzigen Illustrationen, die genau und konkret anleiten, zeigt Luca, wie es geht.

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 verfü-

bar. 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. **1**



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

NIEDERÖSTERREICH

5.–9. Oktober 2022

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

**Organisation:**

Eva Hackl +43(0)664 4270640

[eva.hackl@jsj.at](mailto:eva.hackl@jsj.at)

Bibiana Schmaldienst

+43(0)680 1200833

[bibiana.schmaldienst@jsj.at](mailto:bibiana.schmaldienst@jsj.at)



STEIERMARK

1.– 3. Oktober 2022

„Burnout“ mit Petra Elmendorff in St.Ruprecht an der Raab

Organisation: Barbara Gastager

+43 (0)664 4520105

[barbara.gastager@jsj.at](mailto:barbara.gastager@jsj.at)



NIEDERÖSTERREICH

1. November 2022–9. Juli 2023

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

Termin 2022: 11.–13. November

Termine 2023: 20.–22. Jänner, 24.–

26. März, 2.–4. Juni und 7.–9. Juli

**Organisation:**

Eva Hackl +43(0)664 4270640

[eva.hackl@jsj.at](mailto:eva.hackl@jsj.at)

Bibiana Schmaldienst,

+43(0)680 1200833,

[bibiana.schmaldienst@jsj.at](mailto:bibiana.schmaldienst@jsj.at)



TIROL

28.–30. Oktober 2022

„Jin Shin Jyutsu und die Quantenphilosophie“ mit Petra Elmendorff in Hall i. T.

**Organisation:**

Barbara Unterberger,

+43 (0)664 5433037,

[barbara.unterberger@jsj.at](mailto:barbara.unterberger@jsj.at)

Mag. Ulrike Arnold,

+ 43 (0)699 16602004

[ulrike.arnold@jsj.at](mailto:ulrike.arnold@jsj.at)



„Alles Lernen ist ein Studium der Zusammenhänge“

*Mary Burmeister*

## TIROL

29. März–2. April 2023

5-Tage-Kurs mit Martina Six  
in Hall i.T.

Nötige Vorkenntnisse: Besuch der  
Selbsthilfekurse wird empfohlen.

### **Organisation:**

Barbara Unterberger, +43 (0)664  
5433037, [barbara.unterberger@jsj.at](mailto:barbara.unterberger@jsj.at),  
Mag. Ulrike Arnold  
+ 43 (0)699 16602004,  
[ulrike.arnold@jsj.at](mailto:ulrike.arnold@jsj.at)



## VORARLBERG

15.–16. Oktober 2022

„Energiekraftwerk Mensch“ mit  
Martina Six in Dornbirn

### **Organisation:**

Hedi Zengerle  
+43 (0)664 4532490  
[hedi.zengerle@jsj.at](mailto:hedi.zengerle@jsj.at)  
Brigitte Rein, +43 (0)664 4471652  
[brigitte.rein@jsj.at](mailto:brigitte.rein@jsj.at)



## Das Studium der Homepage lohnt sich

Unter [www.jsj.at/de/termine](http://www.jsj.at/de/termine) gibt es ab-  
gesehen von 5-Tage- und Themenkursen  
auch noch andere Angebote zu interessan-  
ten Themen und zur Weiterbildung:  
So führt etwa Matthias Roth im oberö-  
sterreichischen Attnang-Puchheim in sein  
»Basistraining Modul 3« in die Zwölf-  
organisationsenergie  
ein.

Johanna Urmoneit  
wiederum lädt unter  
der Überschrift »2x  
diagonaler Finger-  
Zehen-Strom puls 1x



11/15 11/25« zu Intensivströmtagen nach  
Buchelbach im Wienerwald.



Und Barbara Gastager  
lässt, noch einmal in  
Attnang-Puchheim, unter  
dem Motto »Strömend  
Pflegen« Interessierte  
an ihrem reichen Er-  
fahrungsschatz auf dem  
Gebiet des Einsatzes von

JSJ in der Pflege teilhaben.  
»Online« ist nicht mehr wegzudenken:  
Hedi Zengerle hat sich vorgenommen,  
Interessierten via Zoom die wunderschöne



Welt der Zahlensym-  
bolik im Jin Shin Jyut-  
su näher zu bringen.  
Unter der Überschrift  
»Selbsthilfe« lädt Iris  
Pichler zur Beschäfti-  
gung mit dem Thema  
»Wechseljahre aus

Sicht von JSJ«, und Evelina Tarleff bietet  
»Erste Hilfe mit JSJ« an. Alles Nähere  
und noch viel mehr auf der Vereins-  
homepage. ❁



### **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**

Bibiana Glocker, Natalie  
Großlercher, Isabella Habsburg,  
Stefanie Holzer, Ingrid Kogler,  
Nicole Pirc, Gerald Stieger,  
Irene Wieser, Hedi Zengerle

### **Gestaltung**

Walter Klier