



JIN SHIN JYUTSU – NEWSLETTER SCHWEIZ

1. Ausgabe 2023

Element Wasser



**„Man kann sich entscheiden,
zurück in Richtung Sicherheit
oder vorwärts in Richtung Wachstum zu gehen.
Wachstum muss immer wieder entschieden werden,
Angst muss immer wieder
überwunden werden.“
(Abraham Maslow)**

Hallo Freunde des Jin Shin Jyutsu

Ich hoffe ihr seid alle gut gelandet im Jahr 2023 und erfreut euch guter Gesundheit. In diesem Jahr möchten wir uns näher mit den Elementen Wasser, Holz, Erde, Feuer und Luft beschäftigen.

Element Wasser

Die Jahreszeit des Element Wassers ist der Winter, die Zeit der kurzen Tage und der langen Nächte. Die Zeit von Tod und Wiedergeburt. Das Wasser wurde das alte Yin genannt. Das Wasser, das kalte Dunkel, sein Grundgefühl ist die existentielle Angst des Überlebens. Die zugeordnete Himmelsrichtung ist der Norden, Stille und in sich hineinhören. Die Organe sind Niere und Blase, sein Gewebe Knochen, und Mark. Eine frühere gebräuchliche Redewendung war, diese Angst ist mir gerade durch Mark und Bein gegangen. Das Wesen des Wassers ist das Sinken nach unten, tief hinunter zum Grund der Erde.

Das Wasser ist farb- und formlos, es nimmt im Körper Abfallprodukte auf und verhindert Stagnation und ermöglicht Beweglichkeit im Körper. Es gibt keine Körperfunktion keinen Lebensprozess, der ohne Wasser auskommt. Das sich mittreiben lassen mitschwingen ist eines der Kennzeichen von Wasser. Weich sein, sich hingeben, und sich keinem Widerstand entgegenzusetzen, mitfliessen mit dem, was ist. Das Element Wasser birgt die tiefsten Geheimnisse des Lebens, wenn wir uns diesen Emotionen öffnen und in die Tiefe unseres Seins eintauchen, kann uns dies begegnen.

Wahrnehmungsübung:

Es geht darum seine Gefühle (Wasser) wahrzunehmen und zu schauen, was sich zeigt. Es ist eine einfache Form, seine Gefühle bewusst wahrzunehmen.

Begib dich an einen Ort, an dem du nicht gestört wirst. Stelle einen Wecker auf 10-15 Minuten. Setze dich hin und atme mehrere Male ruhig ein und aus. Du siehst dich auf einer schönen Insel an einem Strand. Du läufst langsam vom Strand aus ins Meer hinein. Immer tiefer und tiefer, solange du dich wohl fühlst. Bleibe in der Tiefe und nehme wahr, was begegnet dir? Lass alle Sinne in der Ruhe wach bleiben und öffne dich für das, was sich auch immer zeigen möchte. Beim Klingeln des Weckers begibst du dich wieder aus der Tiefe hinauf an den Strand, bleibe dort noch in der Sonne liegen, bis du bereit bist ins Tagesgeschehen zurückzukehren.

Sollte sich Angst zeigen, einatmend erkennen, ich habe Angst, ausatmend bin ich mir meiner Angst bewusst.

Angst kann lähmend wirken und den Fluss der Lebensenergie blockieren. Dies kann zu festgefahrenen Zuständen führen. Mit dem Blasenstrom kommt alles ins Fließen, Gedanken können sich harmonisieren und inneres Gleichgewicht kann entstehen. Die Funktion des Blasenstroms ist das geistige Entspannen, das Loslassen von Aktivität zurück in den Ruhezustand.



JSJ-Selbsthilfe Blasenstrom

Re Hand = rechte Hand

Li Hand = linke Hand

Linker Strom

Re Hand auf linkes SES 12

Li Hand auf Steissbein

Li Hand in linke Kniekehle legen

Li Hand auf linkes SES 16

Li Hand linker kleiner Zeh halten

Die rechte Hand bleibt während der ganzen Zeit auf dem SES 12. Halte jeden Schritt ein paar Minuten, oder so lange, bis du ein Pulsieren spürst.

Eine gute und einfache Selbsthilfe ist es, den Zeigefinger zu umschliessen / strömen. Diese einfache Sequenz hilft die beiden Organfunktionen: Niere- und Blasenfunktion zu harmonisieren.

Alle Selbsthilfeanwendungen gelten als Anregung zur Unterstützung der Selbsthilfekräfte und ersetzen keinen Arztbesuch oder eine medizinische Behandlung.

Text und Bild: Nelly Kym

Im Fluss des Lebens

Vor einiger Zeit fragte Nelly mich an, ob ich einen kurzen Erfahrungsbericht für den kommenden Newsletter mit dem Thema Wasser schreiben könnte.

Eine Herausforderung. Wunderbar! Doch seither bin ich die ganze Zeit am überlegen, was ich euch Spannendes aus der Praxis berichten könnte. Welche Erfahrung ich zum Thema Wasser gemacht habe. Ob ich sogar eine Botschaft für euch habe.

Die Tage vergehen und es kommt mir einfach nichts Passendes in den Sinn. Oder doch? Vielleicht die Geschichte von Richi oder doch lieber die Story von Kari? Hmm... ich komme

einfach nicht weiter, es will einfach nicht fließen.

Nun sind es noch 14 Tage bis zum Abgabetermin und ich weiss immer noch nicht, was ich euch berichten könnte. Vielleicht ist es einfach nicht der richtige Zeitpunkt oder liegt es am Thema? Also lege ich es erneut beiseite und gehe meiner Mam beim Umzug helfen.

Noch 12 Tage, bis Abgabe und es ist immer noch kein spannendes Thema in Sicht. Wahrscheinlich liegt's an mir. Ich kann ja auch gar nicht schreiben und überhaupt, wer will schon lesen, was ich zusammentexte?

Noch 10 Tage, bis Abgabe und ich habe keine Zeit an meinem Beitrag für den Newsletter rumzustudieren. Ich gehe meinen 89 Jahre alten Lieblingsonkel besuchen. Er musste einen seiner grossen Zehen abnehmen lassen und liegt nun im Pflegebett. Meine Tante und eine Cousine sind zu Besuch und eine Pflegerin macht ihm gerade Quarkwickel an Füssen und Händen, die voll Wasser sind. Ich überlege nicht lange und frage ihn, ob ich ihn anfassen und strömen darf. Ich lege meine Hände auf und nach kaum 2 Minuten meint er, dass sich das sehr gut anfühlt. Meine Cousine hilft ebenfalls mit und wir strömen ihn gemeinsam.

Als ich später nach Hause gehe, ist das Wasser deutlich zurück gegangen.

Noch 9 Tage und ich habe immer noch keinen Beitrag. Meine Cousine ruft mich an und erzählt mir erfreut, dass das Wasser fast weg ist und dass sie am Nachmittag mit ihrem Vater und Rollator einen Spaziergang an der Sonne gemacht hat. Mein Herz lacht!

Nur noch 6 Tage und ich nehme mir vor, dass ich einfach ins kalte Wasser springe. Dass ich an den PC sitze und einfach drauf los schreibe. Thema und Hemmungen hin oder her. Aber nicht heute, denn ich treffe mich mit Nelly und Nadine zu einem ausgedehnten Austausch. Wir erzählen

uns so manches, was uns in der letzten Zeit begegnet ist. Auch über den nächsten Newsletter sprechen wir und dass ich immer noch nicht weiss, was ich schreiben soll. Beim Mittagessen – plötzlich - wie aus heiterem Himmel - weiss ich was ich euch berichten werde....

Und so habe ich zum Schluss nun doch noch für euch (und für mich) eine Botschaft:

Überlasse dich dem Fluss des Lebens – es bringt dir alles zur richtigen Zeit – du musst es nur sehen!

Alles Liebe Monika

Energieschlösser öffnen

Hast du physische oder psychische Schmerzen, ordne ihn dem entsprechenden Energieschloss zu.

Zuerst nimmst du die Übersicht der Energieschlösser zur Hand.

Und so ist der einfachste Weg:

ES 1 öffnen:
ES 1 und ES 2 halten

ES 2 öffnen:
ES 2 und ES 3 halten

ES 3 öffnen:
ES3 und ES 4 halten usw.

ES 26 öffnen:
ES 26 und ES 25 halten, dazu ES 24 mit gekreuzten Füßen berühren.

Um die Frühlingsenergie zu wecken:
Lege dich in die Frühlingssonne und ströme.
ES 4 und ES 4
Schau in den Frühlingshimmel und genieße die Qualität der Frühlingsluft - dieser feine Duft

Atme tief aus und fülle dich mit der neuen frischen Energie des Frühlings.

Lass die Frühlingsenergie durch deinen Atem in deinen Körper fließen und fülle dich mit der aufbrechenden neuen Energie aus der Atmosphäre ganz auf.

Schliesse dann die Augen und fühle tief in dein Herz – und SEI mit DIR, deinem ATEM und der erfrischenden, energetisierenden Frühlingskraft, Frühlingsenergie, die dir hilft deine neuen Projekte zu starten.

Hilft: Atmung, entgiften, Leber reinigen, Immunsystem stärken, unterstützt deine Augen
Dazu helfen dir die grünen Kräuter, z.B. Löwenzahn, Brennnessel als Suppe oder kurz gedünstet, Girsch usw. aus der Frühlingsmüdigkeit zu erwachen.

Ein energetisierender Frühling wünscht dir

Rita Wirth, Mörschwil

Erfahrungsbericht mit dem 13er-Strom

**Extremes Schwitzen an Händen und Füßen
Der 13er-Strom hilft tiefsitzende, unbewusste Ängste zu lösen**

Eines meiner Kinder hatte seit Kleinkindalter ein Thema mit übermässigem Schwitzen an Händen und Füßen. Teilweise war es so stark, dass es fast tropfte. Ich suchte immer nach Ursachen und möglichen Lösungen und habe auch immer wieder geströmt, aber irgendwie ohne ersichtlichen Erfolg. An einem 5 Tage Kurs bei Petra Elmendorff schilderte ich ihr die Symptome und fragte sie um Rat. Ohne eine Sekunde darüber nachzudenken, kam von ihr sofort „der 13er-Strom!“. Es handle sich hier um eine tiefsitzende Angst, welche nicht bewusst sei. Relativ naheliegend wäre ein Vorfall/Unfall, welcher im Alter von 10 Monaten passierte.

„Wäre möglich“ meinte Petra, aber man wisse es nicht und man brauche es ja auch gar nicht zu wissen. Endlich mal ein klarer Ansatz. Ich konnte es kaum erwarten wieder zuhause zu sein und noch am selben Abend den 13er-Strom anzuwenden. Am nächsten Morgen klagte mein Kind über Nackenschmerzen; hatte es bis zu diesem Zeitpunkt noch nie. War dies schon eine erste Reaktion? Dann geschah nichts weiter bis am dritten Tag danach. Es zeigten sich heftige emotionale Ausbrüche mit sehr untypischem Verhalten, die mit einem ganz tiefen Schluchzen/Weinen endeten. Ich spürte instinktiv, dass sich hier irgendwas gelöst hatte und konnte aufgrund dieses inneren Wissens in der Ruhe bleiben. In den darauffolgenden 3 Wochen strömte ich sehr intensiv mit verschiedenen Anwendungen weiter. Eigentlich fast immer nach der 13er-Anwendung kam es drei Tage später zu einer emotionalen Reaktion. Das Schwitzen wurde besser, die Hände waren sogar phasenweise ganz trocken. Ich konnte es kaum fassen! Wir konnten die Situation entschärfen. Heute ist die Thematik zwar phasenweise nach wie vor vorhanden, aber nie mehr in dem Ausmass wie es damals war. Ich bin sehr dankbar für diese Erfahrung und was ich aus dieser Geschichte auch noch für mich mitnehmen durfte, ist: man muss das „warum“ nicht immer wissen.

Nadine

Neuer Verwalter für www.jinshinyutsu.ch

Beim Schweizer Praktikertreffen am 02.04.2022 hat Anja Moeckli angekündigt, dass sie die Schweiz Ende Jahr verlässt. Daher wollte sie all Ihre Aufgaben bzgl. JSJ CH abgeben. Ihr großer

Wunsch war, dass die Website und die Datenbank mit allen CH-Praktikern weitergeführt werden. Die Website wird doch regelmäßig besucht und es kommen Anfragen bzgl. Praktikersuche oder Ausbildung.

Zu dem Zeitpunkt hatte ich zwar schon Interesse, war aber noch sehr in familiären Angelegenheiten involviert. Da diese viel Zeit und Kraft beanspruchten, hielt ich mich zurück. Ich bin Iva Herzmann sehr dankbar, dass sie und der Verein JSJ Ostschweiz zugesagt hatte, zu überbrücken, bis eine neue Lösung gefunden wird. Das gab mir den notwendigen Freiraum.

Im Herbst konnte ich dann schon vorsichtig Anja zusagen, die Website zu übernehmen. Da sich bis dato niemand sonst für die Aufgaben gemeldet hatte, nahm sie sehr gerne an. Zuerst erfuhr ich welche Programme sie verwendete, in denen ich nach entsprechendem Download übte. Dann fuhr ich zu Anja, wo sie mir die Website jinshinyutsu.ch von der Programmierungsseite näher brachte. Daheim versuchte ich schon kleine Anpassungen, wie gemeldete Adressänderungen. Genau hierin kam ein Software-Update, der eine Überarbeitung der mehrsprachigen Seiten erforderte. Danke Anja, dass Du das noch in vielen Stunden erledigt hast!! Parallel hatte ich schon die Adressen in ein neues Format gebracht. Nach einigen weiteren Besuchen, etlichen Mails und längeren Telefonaten, während wir vor den Rechnern saßen, im November und Dezember war ich bereit komplett zu übernehmen.

Das heißt:

Jin Shin Jyutsu Schweiz

Herzlich Willkommen

- Seit Anfang Dezember 2022 ist die Website und die Domain in meinem Besitz. Das Programm bleibt das gleiche, ich habe die Lizenz übernommen und zahle ab diesem Jahr. Nur das Hosting habe ich gewechselt, mit ähnlichen Kosten.
- Anja ist vorübergehend zusätzliche Web-Verwalterin.
- Das Formular ist schon angepasst, so dass ich die Anfragen erhalte.
- Das Design und die Inhalte werden vorerst so bleiben. Aufgrund Änderungen innerhalb der Software mussten wir schon Anpassungen vornehmen. Das betrifft vor allem die Sprachvarianten und die Praktikerliste.
- Neue Ideen gibt es schon, die ich aber step by step einbaue oder anpasse, sofern es die Software möglich macht. Ihr bleibt natürlich informiert.
- Der Preis von 24.- CHF pro Kalenderjahr für alle, die auf der Website aufgelistet werden wollen, bleibt gleich.
- Das Forum samt aller Mitglieder hat sich leider beim Kopieren der Website gelöscht. Nach Anja's Information wurde es eh schon Frühjahr 2020 wegen Nichtnutzung still gelegt.

Meine Bitte an alle Praktiker:

- Überprüft Eure Einträge auf Richtigkeit und Vollständigkeit. Ich würde gerne noch zusätzlich notieren, wer Tiere behandelt, also meldet Euch.
- Überprüft, ob Ihr für 2022 alle Beiträge an Anja bezahlt habt. Sie hatte bis dato den Aufwand.
- Nutzt doch die Möglichkeit, Eure Angebote für Selbsthilfe-Kurse auf der

Website aufzulisten. Einfach ein Mail an mich, dann trage ich es ein.

- Falls ein neuer Mitglieder-Bereich eröffnet wird, registriert Euch bei Interesse einfach neu.

Ich wünsche uns allen eine Gutes Einssein und eine gute, kreative Zusammenarbeit

Herzliche Grüße

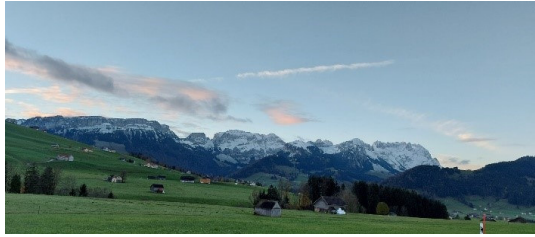
Anita Thomas



Gedeihen inmitten der Herausforderungen des Lebens

So lautete der Titel eines Strömkurses, den Manuela Streule und Ursi Nägeli im November anboten. Ich startete, neugierig auf die kommenden Tage, in aller Herrgottsfrüh meine Reise nach Appenzell. Schon die Anfahrt wurde vom imposanten und frisch verschneiten Bergpanorama begleitet ... es lag etwas „Neues“ in der Luft.

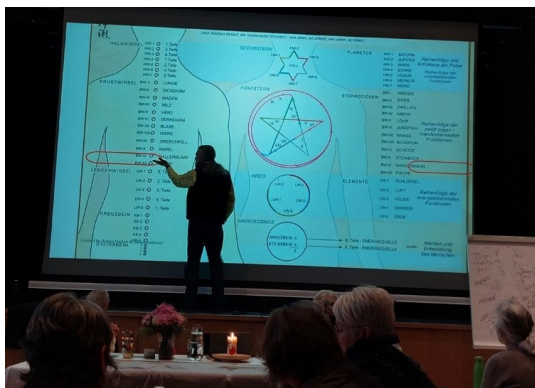
Bei der Ankunft am Kursort gab es einen herzlichen Empfang, die Teilnehmer freuten sich, dass es nach den Pandemie Jahren mit diesem Präsenzkurs einen Neustart gab.



Erstaunt war ich beim Eintreten in den Saal über die ungewohnte Sitzordnung ... keine langweiligen Reihen mit starren Sitzplätzen, sondern aufgelockerte Tischgruppe, die je nach Bedarf verschoben werden durften. Eine „herzlich-wölkomm-Karte“ wartete auf jeden Teilnehmenden zusammen mit einem Glückskäfer-Schoki.



Auch den Dozenten Wayne Hackett und Carlos Gutterres war die Freude über das Zustandekommen dieses neuen Kurses ins Gesicht geschrieben. Die Beiden hatten sich vor 2 Jahren zusammengetan, die „Jin Shin Guild“ gegründet und sich für neue Kursformate, -Themen sowie Präsentationsmöglichkeiten entschieden.



Sie teilten neu ausgearbeitete Studierunterlagen in einer besonderen Qualität aus, alles auf Deutsch übersetzt und verständlich aufbereitet. Mit Humor und Leichtigkeit wurden die neuen Ströme besprochen und damit das Verständnis und Bewusstsein geweckt, die zugrundeliegende Weisheit der Sequenzen zu erkennen. Morgens und abends wurde ausgiebig geströmt, auch hier in einer neuen Anordnung, nämlich zu zweit. Besonders erwähnen möchte ich Sonja Müller. Sie fungierte praktisch als „Sprachrohr“ – sprich Übersetzerin - für die englischsprachigen Dozenten. Diese Aufgabe füllte sie mit Präsenz und Lebendigkeit, Ausdauer und großem Können. Ich bewunderte Sonja.



Was macht einen gelungenen Kurs neben all den erwähnten Sachen noch aus? ... die Liebe und Gastfreundschaft, mit der die Dienste und Arbeiten erledigt werden. Daher möchte ich am Schluss Manuela und Ursi Dankeschön sagen für die liebevolle und umsichtige Kursorganisation, das feine Mittagessen vor Ort, den Helfern bei der Essensausteilung und in der Küche, sowie Allen für die mitgebrachten Köstlichkeiten am Kuchenbuffet und für die Dekoration des Jin Shin Jyutsu Vereins Ostschweiz.

Text & Bilder: Hedi Zengerle

Nachruf Dora Kühnis

Am 23. November 2022 ging Doras Reise auf dieser Welt zu Ende, ihre Energie wird zumindest in meinem Herzen weiterleben.

„In ihrer rücksichtsvollen und unaufdringlichen Art war sie immer präsent, aufmerksam, liebevoll, klar und interessiert. Sie hatte die

Gabe, sich einem ganz zuzuwenden, auf die stillen Töne zu horchen, Unaussprechbares zu verstehen und Unabänderliches zu akzeptieren.

Trotz ihrer körperlichen Einschränkungen und Schmerzen war sie stets empfänglich und dankbar für die verbleibenden Freuden - Besuche von lieben Menschen, die Tiere im Garten, eine schöne Blume, ein warmer Sonnenstrahl, gestrickte Gaben, ihre Arbeit, interessante Gespräche. Bis zum Schluss war sie voller Vertrauen, Liebe, Humor, Dankbarkeit und Demut.“

Genau so habe ich Dora erlebt und genau deshalb war sie für mich immer ein Vorbild - gelebtes Jin Shin Jyutsu. „Es ist wie es ist!“

Dora hat mich tief berührt und viel gelehrt, vielleicht ohne es zu merken. Sie wird mich auch weiterhin auf meinem Lebensweg begleiten und ich bin dankbar, dass wir einen Teil unserer Wege gemeinsam gehen durften.

Anja Möckli



Erkenntnisse durch das japanische Kanji-Zeichen

水

«Kanji» sind Zeichen chinesischen Ursprungs, welche in der japanischen Sprache verwendet werden. In der Regel werden mehrere Kanji verwendet, um ein Wort zu bilden/schreiben.

Die 5 Elemente sind in der japanischen Sprache stark verankert. Man findet diese sowohl in den Wochentagen als auch in den Planeten.

水 Wasser

水曜日 Mittwoch - Wassertag

水星 Merkur – «Stern des Elements Wasser, Wasserstern

<https://www.wortbedeutung.info/suisei/>

Diese Erkenntnis finde ich sehr spannend im Zusammenhang mit den Tiefenqualitäten des Jin Shin Jyutsu. Das Wasserelement ist der 4. Tiefe zugeordnet wie auch der Mittwoch und der Planet Merkur.

Renate Grassi

Gedanken zur 4. Tiefe, von Matthias Roth, Jin Shin Jyutsu Lehrer

Die vierte Tiefe ist Fluss. Sie steht für die Kraft der Veränderung und des Werdens. Sie wird nicht umsonst durch das Element Wasser symbolisiert, von dem wir sagen könnten: „Wasser gewinnt immer.“

Wasser sickert überall hinein. Wasser weicht am Ende alles auf. Wasser kann hinwegschwemmen, was sich ihm in den Weg stellt. Und reicht seine Kraft dazu heute nicht aus, so fließt es beständig weiter oder staut sich geduldig auf, bis der Wandel eintritt.

Zudem kann Wasser verdunsten; es kann ebenso gut gefrieren. Nirgendwo wird Wandlung, wird Transformation so sinnfällig wie in diesem Element, das uns ständig erinnert: „es gibt diese Energie auch in dir.“

Bei aller Kraft, mit der die vierte Tiefe unser Leben voranbringen kann, hören wir allerdings von ihrer zentralen Bedeutung für unser Sein meist erst einmal vom ganz anderen Ende des Spektrums. Mary spricht von der Angst als Kern aller Einstellungen. Greift die Angst, dann erstarren nach und nach auch die anderen Tiefen.

Nur dürfen wir die vierte Tiefe nicht mit ihrer eigenen Erstarrung verwechseln. Sicher ist das, was unser Leben hemmt, erst einmal leichter zu greifen als die Möglichkeiten da hinten am Horizont, denn das Hinderliche ist ja schon da. Zum Möglichen hingegen braucht es noch eine Reise. Der Kern der vierten Tiefe ist aber eben jene „Reiselust“ des Wesens, und die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen.

„Willst du ins Leben?“ fragt dich jene Stimme in dir, die wir Merkur nennen. Merkur führt zurück ins Handeln. Er weiß, es braucht Bewegung und Vorstellungskraft. Dein Merkur weiß die Balance zwischen Mut und Verausgabung zu halten, weiß zugleich die Hilfe von „Himmel“ und „Erde“ aufzurufen – d.h. gute Versorgung hier und gründliche Anbindung dort. Dein Merkur ist die Führung und der Mittelweg.

Neugier auf das Leben ist ein Kurs zu allen Aspekten der vierten Tiefe. In ihm kannst du direkt nach Ostern in Berlin drei Tage lang diese Aspekte erleben, fühlen und verstehen. Sie lassen dich mit ihnen üben und sein.

Text: Matthias Roth

Weitere Kurse von Matthias Roth findet ihr unter Bildung.

Buchvorstellung für JSJ-Praktiker*innen

DER FLUSS DES LEBENS Körperlesen und die verschiedenen Ebenen der Verbindungen im Jin Shin Jyutsu

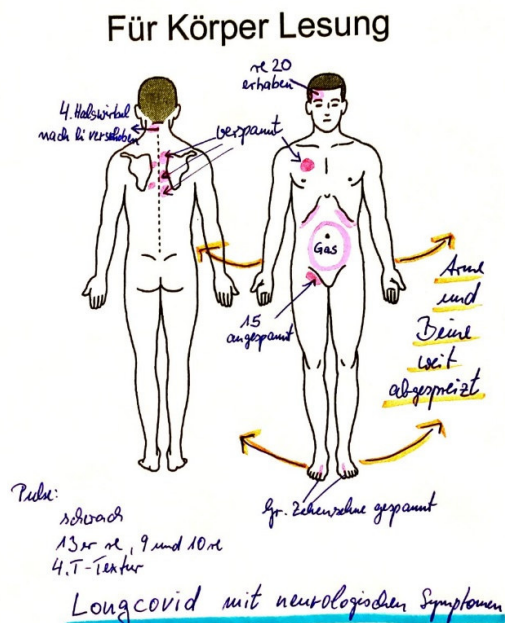
Dr. med. Christoph Roggendorf aus Köln hat ein neues Buch (nur im PDF-Format erhältlich) für JSJ-Praktiker*innen herausgegeben. Sein neues Buch richtet sich an alle, die bereits einen 5-Tageskurs besucht haben und Jin Shin Jyutsu professionell an anderen anwenden. In diesem Buch zeigt er Zusammenhänge der verschiedenen Ebenen aus theoretischer und praktischer Sicht auf mit Erfahrungsberichten aus dem Praxisalltag. Ein Fokus in diesem Buch ist das Körperlesen. Die Infos, Fakten, Erfahrungsberichte sowie die wunderbaren Erläuterungen sind für jeden Praktiker eine Bereicherung. Dr. med. Christoph Roggendorf schreibt über den Fluss des Lebens und stellt ein Spezialstrom der 4. Tiefe vor.

Hier ein kleiner Auszug aus dem Buch:

Longcovid mit Muskelschmerzen und neurologischen Symptomen

Eine 57jährige Patientin kam nach einer Coronainfektion mit Taubheitsgefühl und Kribbeln in beiden Armen und Schmerzen im Schulterbereich und oberen Rücken zu mir. Sie kommt seit mehreren Jahren immer mal wieder zu mir in die Praxis mit Schmerzen im Bewegungsapparat, besonders oberer Rücken und Schulterarmbereich. Seite | 46 Durch die Coronainfektion wurden viele ihrer neurologischen Themen wieder akut. Neben starker Müdigkeit und Erschöpfung hatte die Patientin noch zusätzlich anhaltenden Reizhusten und Geruchs- und Geschmacksverlust. Beim Körperlesen fällt mir

auf, dass die Arme und Beine weit abgespreizt vom Körper liegen, was auf ein Bedürfnis im Vermittlerstrom hinweist. Die Beschwerden sind überwiegend im Brustbereich. Im Bereich des linken SES 12 ist der 4. Halswirbel leicht nach links verschoben, die re 13 ist sehr verspannt, die re 20 ist leicht erhaben. Beim Pulsefühlen meldet sich die 13er Ebene, die Pulstextur deutet auf die 4. Tiefe hin. Der Muskelhartspann im oberen Rücken und Schulterarmbereich bestätigt meinen Eindruck. Besonders rechts von der Wirbelsäule im Bereich von SES 9 und 10 finden sich viele schmerzhafte Muskelverspannungen. An den Füßen ist von der rechten Großen Zehe die Sehne sehr angespannt: ein Griff in die rechte Leiste bestätigt eine angespannte 15. Der untere Bauchbereich ist gebläht durch Gasansammlung. Ich fange mit einem einfachen Strom an, der den Energiestau auf der Brustebene auflöst: „Alltags“-Spannungen/Stresse mit den drei Schritten aus der Selbsthilfe (Mary Text I, S. 49 unten links). Dieser Strom ist sehr einfach zu halten und wirkt einfach wunderbar. Danach ströme ich auf beiden Seiten den „Coreflow“, ein spezieller Strom für die Muskeln und für die 4. Tiefe, den ich im nächsten Kapitel vorstellen werde. Danach waren die Pulse wie „Seide“. Die Behandlung hat der Patientin sehr gut getan. Es folgten weitere Behandlungen u.a. mit dem Diagonalen Vermittlerstrom und dem 16,17,18,19er. Der Geruch- und Geschmacksinn kehrt langsam zurück und auch die Energie und das Allgemeinbefinden bessern sich.



Dr. med. Christoph Roggendorf

Das Buch (PDF-Format) kann für € 12.00 per E-Mail bei: paco_cgn@hotmail.com bestellt werden.

Weitere Bücher (PDF-Format) von Dr. med. Roggendorf:

- Dissertation: „Akupunktur und Jin Shin Jyutsu“.
- „Erfahrungen mit Jin Shin Jyutsu aus der Praxis“

Bildung 2023

In diesem Jahr finden gleich mehrere 5 Tages- und Themenkurse in der Schweiz statt. Auf www.jinshinjyutsu.de/de/veranstaltungen findet ihr das vollständige Kursprogramm Europa / Welt.

5-Tage-Kurse

Zürich, 10.-14. Mai 2023

Sara Harper (in englischer Sprache, mit deutscher Übersetzung)

Organisation/Infos: Benno Peter & Marietta Pini
Tel.: +41 (0)44 371 21 40 info@viva-gesundheitspraxis.ch

Luzern (Buochs), 23.-27. August 2023

Chus Arias (in englischer Sprache, mit deutscher Übersetzung)

Organisation / Infos:
Sonja J. Müller +41 (0)79 716 72 86
mail@sonjamueller.ch

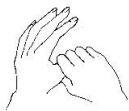
Themen-Kurse

21.-23. April 2023 in Luzern (Buochs) mit Petra Elmendorff

JIN SHIN JYUTSU und die Quanten – Philosophie (Deutsch)

Organisation / Infos:
Sonja J. Müller +41 (0)79 716 72 86
mail@sonjamueller.ch

Selbsthilfekurse



Die Selbsthilfe ist im Jin Shin Jyutsu zentral. Viele autorisierte Jin Shin Jyutsu Selbsthilfelehrer*innen bieten regelmässig Kurse an um die Selbsthilfe fundiert an Interessierte weiterzugeben.

Aktuelle Kursausreibungen für die Selbsthilfe findet Ihr auf:

www.jinshinjyutsu.ch oder
www.jinshinjyutsu.de

Onlinekurse

Auf www.jinshinjyutsu.de findet ihr verschiedene Kursangebote.

Weitere spannende Angebote (*)

(*) Diese Kurse bieten eine hohe Qualität, werden jedoch nicht angerechnet im Zusammenhang mit den Kurstagen zum autorisieren Jin Shin Jyutsu Praktiker.

Matthias Roth (*)
<https://matthiasjsi.de/termine>

31.März -02.April 2023 in Zürich mit Matthias Roth

Echte Verwandtschaft zwischen Zahlenströmen und Organfunktionsenergie

Organisation/Infos: Benno Peter & Marietta Pini
Tel.: (0041) 44 371 21 40
info@viva.gesundheitspraxis.ch

Carlos Gutterres und Wayne Hackett (*)
<https://beyouream.com.br>

Erster JS Guild Ausbildungskurs mit Carlos Gutterres und Wayne Hackett

Präsenz-Teil: 28.-30. Oktober 2023 in Appenzell

Online-Teile: Daten noch offen

Weitere Infos: manuela.jsj@bluewin.ch

Informationen für Praktiker* innen

Save the date!



Am **25. März 2023** findet das nächste Praktiker Treffen in der Ostschweiz statt. Weitere Infos unter: [https://Hands On – Jin Shin Jyutsu Ostschweiz - Verein - Jin Shin Jyutsu Ostschweiz \(hands-on.works\)](https://Hands-On-Jin-Shin-Jyutsu-Ostschweiz-Verein-Jin-Shin-Jyutsu-Ostschweiz/hands-on.works)

Mir Gutes tun

Viele autorisierte Jin Shin Jyutsu Praktiker*innen/Selbsthilfelehrer*innen bieten Selbsthilfe-Gruppenangebote / Strömgruppen an und oder weitere spannende Angebote wie «Strömferien, intensiv Strömen. Am besten schaut Ihr direkt auf den jeweiligen Homepages. Das Verzeichnis der verschiedenen autorisierten Praktiker*innen/Selbsthilfelehrer*innen findet ihr auf www.jinshinjyutsu.ch oder www.jinshinjyutsu.de

Ausblick 2. JSJ-Newsletter 2023

Im nächsten Newsletter werden wir über das Element

Holz

schreiben. Gerne könnt Ihr uns eure Beiträge in einem Word Dokument und **das Foto separat** in einem JPG-Format zusenden. Die Beiträge für den 2. Newsletter 2023 sollten wir spätestens **bis 31. März 2023** haben. Zusendung bitte an alle drei E-Mail-Adressen:

danielabuchs@bluewin.ch

renate.grassi@greenmail.ch

nekki@gmx.ch

Wir hoffen, dass viele von euch inspiriert wurden und ihr euch getraut auch einen Beitrag zu schreiben. Man muss kein Schreibprofi sein 😊 Vielmehr zählt der Erfahrungsbericht, was für alle interessant zum Lesen ist.

Danke

Herzlichen Dank für die interessanten Beiträge. Wir wissen, dass alle immer viel um die Ohren haben, aber der Newsletter kann nur weiter existieren, wenn wir auf eure Beiträge zählen können. Vielen, vielen Dank.

An-/Abmeldung für JSJ Newsletter Schweiz:

danielabuchs@bluewin.ch

Anregungen, Ideen etc. nehmen wir gerne entgegen.

Wir wünschen dir viele ruhige Momente, Momente des Loslassens und Momente des Vorwärtsgehens.

Euer JSJ-Newsletter Werkstatt-Team
Nelly, Renate & Daniela

