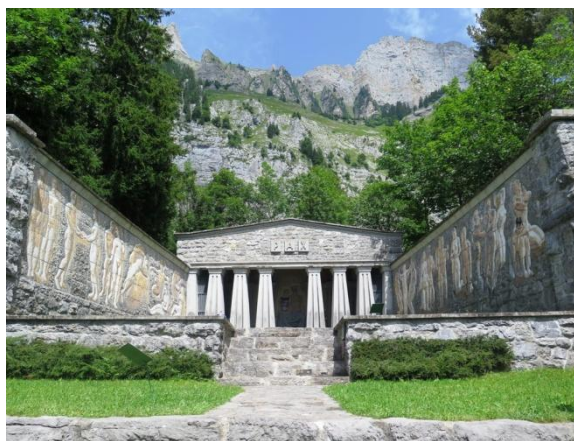




# Jin Shin Jyutsu Schweiz Newsletter

Idee: Schweizer JSJ-Praktikertreffen  
Realisation: Herbert Schrepfer, Abtwil  
[kontakt@lebens-oase.ch](mailto:kontakt@lebens-oase.ch)



Pax Mal auf Schrina Hochrugg bei Walenstadt

18. Ausgabe 3/2017  
September 2017

## Geschätzte Jin Shin Jyutsu Praktikerinnen und Praktiker Liebe Freunde des Jin Shin Jyutsu

Was für einen energiegeladenen Sommer die Menschen auf der Nordhalbkugel erleben! Dafür verlaufen die Winter auf der Südhalbkugel recht ruhig. Ein starkes Ereignis war die totale



Sonnenfinsternis quer durch ganz Nordamerika. Sie begeisterte und bewegte viele Menschen. Ihre Energie wird noch einige Zeit nachwirken, genauso wie die starken Emotionen, die sie bei den Menschen auslöste. Während am Horn von Afrika eine gigantische Dürre Millionen von Menschen ihre Lebensgrundlage entzieht und viele verhungern, versinken in andern Gegenden der Erde ganze Landschaften in unvorstellbar grossen Fluten. Der Hurricane Harvey produzierte über

Texas eine Regenmenge von 1136 mm – das sind über 1m Wasser auf jedem qm. In Indien und Pakistan spricht man von der vergessenen Flut, einem seit Jahrzehnten stärksten Monsun. Aber auch bei uns schlagen Erde und Natur mit gewaltigen Energien zurück. Die vielen Hitzetage dieses Jahr „arbeiten“ besonders intensiv: der Permafrost zieht sich in immer grössere Höhen zurück und lässt Berge



einstürzen, Millionen Tonnen Gestein stürzen zu Tal und gefährden Menschen und Siedlungen, wie wir dies in Bondo im Bergell mitverfolgen können. Diese Gesteinsmassen zerstören ebenfalls den Lebensraum von Menschen.



Mittendrin sind wir alle mit unserer eigenen Energie – eingeladen dieser nachzuspüren und zu erleben, wie sie sich auswirkt. Im JSJ erleben wir die Wirkung, wenn wir strömen auf oft unerwartet positive Weise. Es ist aber auch sehr wichtig, dass wir selber immer wieder Energie tanken und achtsam unser Energiegeflecht pflegen – wie es Mary Burmeister sieht – unsere Energiebatterien immer wieder aufladen. Viele Menschen benutzen dazu Kraftorte wie Lourdes und auch das energiegeladene und reinigende Wasser, sowie als starke Kraft das Gebet. Menschen suchen Reinigung, Heilung und Energie zu erfahren und auf diese Weise Lebenskraft zu tanken.

Wir müssen aber nicht nach Lourdes fahren. Es gibt beinahe überall Kraftorte, wo eine starke Energie besonders gut spürbar und erlebbar ist. Ein Mensch hat einen Energielevel, der bei ca. 6000 Bovis liegt. Je grösser die Differenz zur Energie an einem Kraftort ist, desto intensiver



nehmen wir solche Energien wahr. Oft ist es eine positive Quelle, starke Energien können aber auch als unangenehm empfunden werden. Oft liegen solche Orte sehr nah und viele Menschen kennen sie, wie z.B. die Klosterkirche in St. Gallen, wo es hinten unter der Orgel einen solchen Energieort gibt. Nur wissen dies viele nicht. Es gibt aber auch bekanntere Energieorte, wo Menschen Energietanken oder Heilung suchen. Ein solcher Ort mit einer sehr starken Energie ist die Emma Kunz Grotte in Würenlos, wo 7 gebündelte Energiestrahlen aus dem Erdinnern wie ein Hotspot die ganze Grotte mit Energie aufladen. Emma Kunz (1892-1963) kannte diesen Ort und seine Energie. Sie liess damals ein Steinpulver herstellen, mit dem sie einen Jungen von seiner Kinderlähmung heilte. Heute hilft Aion-A, das energiereiche Steinpulver, welches auf Emma Kunz zurückgeht, vielen Menschen Beschwerden zu lindern. Wie krass die energetische Wirkung sein kann, habe ich auf einem Workshop

erlebt. Aion-A darf nicht mit Metall in Berührung kommen. Der Workshopleiter wollte zusammenfassend die Workshops abrunden und erzählte dabei auch von der genialen Wirkung des Aion-A. Dabei stellte er das Gefäss mit dem Pulver auf den Projektor, auf dem seine Präsentation lief. Es dauerte nur ganz kurze Zeit, die Leuchtbirne mit einem Knall zersprang und ein Kurzschluss für das Ende der Präsentation sorgte. Er hatte nicht gewusst, dass Aion-A und Metall sich nicht vertragen.

Ein Kraftort mit einer sehr guten Energie ist das Pax Mal auf Walenstadtberg. Es ist ein wunderbarer Ort, der viel Ruhe und Frieden ausstrahlt, viel Energie und einen majestätischen Blick auf den Walensee schenkt.

Nicht weit über die Grenze, in Österreich, gibt es ebenfalls einen



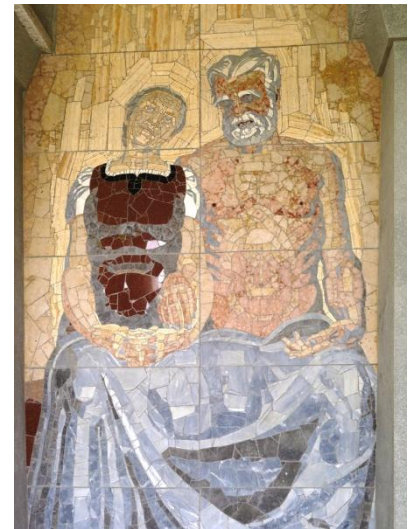
Kraftort, dessen Besuch sich lohnt: eingangs Brandnertal

der Bürsenberg. Dort gibt es alte Steinkreise, welche die Energie bündeln. Setzt man sich in die Zone in der Mitte beim Zentralstein, spürt man die wohlthuende Energie – sie lädt auf und heilt. Daher schicken auch Ärzte Patienten in das Energiefeld der Steinkreise, um Beschwerden ihrer Patienten zu lindern. Es gibt aber auch eine Quelle mit klarem

frischem Wasser, das ähnlich stark energetisch aufgeladen ist wie das Wasser von Lourdes. Da lohnt es sich ein paar Flaschen abzufüllen und nach Hause mitzunehmen, um das Wasser aus dem Hahnen damit zu energetisieren.

Energie ist in seiner Wirkung immer ganzheitlich. Wenn wir andere Menschen strömen, ist es wichtig, auf die Vollständigkeit, auf die Ganzheit der Wirkung in Körper – Seele - Geist hinzuweisen. Die Prozesse, die Strömen in uns auslösen, sind oft tiefgreifender und umfassen das ganze Wesen. Sie transformieren und erneuern uns auf tiefgründige Art. Wer über einen langen Zeitraum strömt/geströmt wird, verändert sich und wird ein anderer Mensch.

Bleiben wir mit dem Geschenk des Strömens dankbar – demütig – Beobachter des Geschehens und auch Schöpfer unseres Lebens.



Herbert Schrepfer  
JSJ-Praktiker, Abtwil

## Hintergrundthema



### Von der Bedeutung des Eigenstudiums im JSJ

Nach dem großartigen „Hands On Projekt“ im Oktober 2016 in St. Gallen entstand der Wunsch nach mehr Zusammenarbeit und Austausch. Nicht nur eine Gruppierung von Jin Shin Jyutsu Praktikern versammelte sich regelmäßig, um die breitgefächerten Aufgaben in die Hand zu nehmen, die heute den Verein Jin Shin Jyutsu Ostschweiz ausmachen.

Es formte sich auch eine Gruppe von interessierten PraktikerInnen, die zusammen das Jin Shin Jyutsu Material studieren, vertiefen und praktizieren will. Die Grundlagen zur Harmonisierungskunst holt man sich bekanntlich in den 5-Tage-Kursen und den Themenkursen. Doch damit fangen das Tiefenstudium und die praktische Anwendung erst an! Und das kann wirklich Spaß machen! Mit unserem Beispiel wollen wir Andere ermutigen solche Studiengruppen zu bilden und sich beständig und aktiv untereinander auszutauschen.

Für die Gruppenleitung haben wir bei einer erfahrenen Jin Shin Jyutsu Praktikerin angefragt. Seit einiger Zeit erarbeiten wir gemeinsam das Jahresthema:

**„Ein Weg mit Freunden – unsere SES“.**

Mary Burmeister hat die Sicherheits-Energieschlösser als unsere treuesten Freunde bezeichnet. Immer für uns da, immer zur Hand. Kennen wir unsere Freunde? Wissen wir um Ihre Stärken? Jin Shin Jyutsu Themen erfrischend- nährend – leicht verdaulich. Wir suchen nach Beziehungen und Entsprechungen auf den unterschiedlichen Ebenen, tauschen Erfahrungen aus und strömen uns gegenseitig.

Iva Herzmann  
JSJ Praktikerin, St.Gallen



## Verein Jin Shin Jyutsu Ostschweiz

Am 26. August fand im Schwarzen Bären in St. Gallen das 3. Treffen des Vereins statt. Insgesamt nahmen 19 Personen daran teil.

Im ersten Teil stellte Dieter Herzmann die Homepage [www.hands-on.works](http://www.hands-on.works) vor. Er zeigt an Beispielen die verschiedenen Anwendungen und Funktionen. Nun liegt es an den Usern, der HP mit vielen Inhalten intensives Leben einzuhauchen. Dazu gehören Daten von Kursen und Angebote. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Die Homepage muss gepflegt und angewendet werden, damit sie bekannt wird und im Ranking von Google weiter oben erscheint. Der zweite Teil war verschiedenen Vereinsinfos gewidmet.

Es gibt verschiedene Ideen, Projekte und Veranstaltungen:

- Ilse Fraisl wird am 30.10. in Appenzell das Buch Luca vorstellen. Es gibt eine Neuauflage.
- Eine Idee ist, Klosterfrauen von Notkersegg zu strömen. Ein vergleichbares Projekt gibt es bereits im Kloster Ilanz
- Am 24.11. kommt Michael Peuser nochmals nach Gossau. Dies wird mit Sicherheit ein spannender Abend werden. Er spricht über die Bedeutung der Kapillare für unsere Gesundheit und Aloe Vera. (sieht NL A 17 Buchbesprechung)
- Urs Surbeck spricht in einem spannenden Vortrag über Wasser und seine Bedeutung für die Gesundheit.
- Hedi Zengerle bietet eine Weiterbildung an zum Thema Praxismanagement.
- In Innsbruck findet Hands-on Symposium statt.
- In Baden-Württemberg gibt es einen neuen Newsletter.
- Das nächste Treffen findet am 25.11.2017 statt. An dieser Versammlung wird die Vereinsleitung neu gewählt.

Spannend war auch, was sich Iva für die Strömrunde ausgedacht hatte:

Wir strömten die Daumen- und Kleinfingerfunktionsenergie: 2. und 5. Tiefe arbeiten hier wunderbar zusammen und unterstützen u.a. das Säure-Basen-Gleichgewicht

Herbert Schrepfer  
JSJ-Praktiker, Abtwil



### **Einleitung zur Ausschreibung Praxismanagement von Hedi Zengerle**

Im zweiten Jahr, 2018, des Vereins JSJ Ostschweiz wollen wir für die Vereinsmitglieder eine interne Weiterbildung anbieten, die auch finanziell vom Verein mitgetragen wird. Hedi Zengerle, Vereinsmitglied aus Vorarlberg, möchte ihre Erfahrungen aus ihrer Praxis mit uns teilen und hat für uns einen Workshop für angehende oder schon bestehende PraktikerInnen ausgeschrieben. Sollten freie Plätze offen sein, so werden diese auch an Nichtmitglieder (zum Vollpreis) weiter gegeben.

Also es lohnt sich dem Verein JSJ Ostschweiz beizutreten!

Wir freuen uns auf eure Anmeldungen.

Iva Herzmann  
JSJ-Praktikerin, St.Gallen

## WORKSHOP „PRAXISMANAGEMENT“

„Es ist nicht genug zu wissen,  
man muss auch anwenden.  
Es ist nicht genug zu wollen,  
man muss auch tun“.  
(J. W. Goethe)

Hedi Zengerle

Jin Shin Jyutsu®

Physio Philosophie  
Humanenergetikerin

Unterbach 148, A-6863 Egg  
Steinebach 3, 6850 Dornbirn  
Telefon 0664 4532 490  
Mail hedi.zengerle@aon.at  
Web www.stroempraxis.com



Ausgezeichnet mit dem Qualifizierungssiegel  
Humanenergetik Stufe Silber vom Fachverband der  
persönlichen Dienstleister in der Wirtschaftskammer  
Österreich

Mit dieser Überzeugung kann es gelingen, den entscheidenden Schritt in die Selbständigkeit zu tun.

In meinem Workshop erarbeiten wir gemeinsam in Gruppen und mit Beispielen aus der Praxis die Voraussetzungen und Strategien, um mit Freude und Erfolg als Jin Shin Jyutsu PraktikerIn zu arbeiten.

Seit 20 Jahren praktiziere ich Jin Shin Jyutsu und habe mich immer wieder auch im Bereich Praxisführung (Werbung, Klientenaviso, Zeitmanagement u.a.) weitergebildet.

Das hat mir Sicherheit und Erfahrung gebracht ... und eine gutgehende Strömpraxis mit vielen Stammkunden. 😊

In den letzten Jahren verspüre ich bei angehenden Jin Shin Jyutsu KollegInnen ein großes Bedürfnis nach Beratung in diesem Bereich.

Als Vereinsmitglied von Jin Shin Jyutsu Ostschweiz biete ich gerne meine Kenntnisse für diesen speziellen Workshop an, um künftige KollegInnen auf ihrem Weg zu bestärken.

Wir PraktikerInnen sind auch als „Geschäftsleute“ tätig. Unsere berufliche Verantwortung gliedert sich in drei Bereiche:

- Jin Shin Jyutsu Ausbildung
- kantonale Berufsvoraussetzungen
- Praxis und Auftritt nach aussen

Für eine möglichst breitgefächerte Jin Shin Jyutsu Ausbildung ist jede(r) selbst verantwortlich.

Auch um die kantonalen Bedingungen für eine berufliche Ausübung muss sich jede(r) selbst kümmern.

Für den Praxisteil bringe ich meine jahrzehntelange Berufserfahrung ein, damit jede(r) Teilnehmende mit Spass und Sicherheit in der eigenen Strömpraxis arbeiten wird.

### Der Workshop besteht in aufbauender Abfolge aus diesen Themenblöcken.

- Teil I:** Praxisräume finden – Aufbauphase – Finanzierung – Werbung
- Teil II:** Honorargestaltung – Zeitmanagement – Praxisausstattung
- Teil III:** Arbeit mit Klienten – Umgang mit herausfordernden Situationen

Beim ersten Treffen im Februar 2018 werden wir gemeinsam die weiteren Termine vereinbaren. In den Wochen dazwischen können die ersten Erfahrungen gemacht und die vermittelten Strategien eingesetzt und ausprobiert werden.

**Termin:** Workshop Teil I: **Samstag, 10. Februar 2018**  
**Anmeldung** bis **25. November 2017** bei **Iva Herzmann**  
**Dauer:** je 3 Stunden (9:00 – 12:00 Uhr)  
**Selbstbehalt:** Fr. 20.- (den Grossteil trägt der Verein)  
**Teilnehmer:** Personen mit Jin Shin Jyutsu Erfahrung und einigen 5-Tage-Kursen. Die Anzahl ist beschränkt.  
**Leitung:** Hedi Zengerle, Jin Shin Jyutsu Praktikerin; Selbsthilfelehrerin; JSJ Kursorganisatorin in Vorarlberg



Jin Shin Jyutsu

Verein  
«Jin Shin Jyutsu Ostschweiz»  
**Jahresversammlung**  
**Samstag, 25. November 2017**



|           |  |
|-----------|--|
| Ort       | Kirchgemeindehaus Hörli<br>Hörliweg<br>9053 Teufen   |
| Agenda    |  |
| 9.00      | Begrüssung<br>Jahresbericht<br>Finanzen – Jahresrechnung, Mitgliederbeiträge<br>Ausblick 2018<br>Wahlen – Kernteam/Vorstand, Revision<br>Varia – Anträge /Wünsche der Mitglieder |
| 10.00     | Pause – Kaffee/Tee<br>offene Austauschrunde  |
| 10.30     | Strömen zu dritt an der Liege, 3x20 min.   |
| 12.00     | Teilete – gemeinsames Mittagessen<br>offener Ausklang  |
| Teilnahme | Für die Vereinsmitglieder/JSJ PraktikerInnen sehr erwünscht<br>Neue Mitglieder/ JSJ PraktikerInnen sind sehr willkommen!   |

## Welttag des Jin Shin Jyutsu



## Internationaler Tag des Jin Shin Jyutsu am 21. Oktober

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 in diesem Bewusstsein zu strömen.

## Wir gratulieren

Der NL JSJ Schweiz gratuliert dem neuen NL aus unserem nördlichen Nachbarland. Wir heissen ihn in der Familie der verschiedenen NL in Österreich, der Schweiz und Deutschland herzlich willkommen und freuen uns auf die Bereicherung. Wir wünschen dem neuen NL einen guten Start und viele weitere NL.



## Jin Shin Jyutsu Newsletter

Liebe Jin Shin Jyutsu Kolleginnen und Kollegen,  
**alle**, die dieses Schreiben erhalten, sind noch **nicht** im Newsletter-Verzeichnis eingetragen. Möchtest Du den Newsletter weiterhin erhalten? Wenn ja, dann trage Dich auf meiner Homepage ein. Wenn Du hierzu Hilfe benötigst, melde Dich bei mir.  
Evtl. hast Du diesen Newsletter bereits über Klaus-Rainer erhalten. Alle weiteren Ausgaben werden direkt verschickt. Deshalb ist der Eintrag ins Verzeichnis notwendig.

### Ziel des Newsletters

Als JSJ-Künstler stellen wir uns alle möglichen Arten von Fragen: Wer hat Tipps für mich für Behandlungen, mit wem kann ich über alles, was JSJ so mitbringt mal reden? Was brauche ich hier in Deutschland, um meine Praxis zu gründen? Mit wem kann ich kooperieren? Wie können wir zusammenarbeiten, um JSJ bekannter zu machen? Und natürlich möchten wir uns austauschen über die Philosophie und die Kenntnisse im JSJ.

Vor drei Jahren begannen einige von uns hier in Deutschland mit Newsletters, regionalen Treffen um unsere Vernetzung untereinander zu verbessern... Diese Initiativen haben wir Anke Oltmann und Eika Bindgen und den regionalen Ansprechpartnern zu verdanken, die dies ehrenamtlich übernommen haben. Jetzt hat Anke die Verwaltung des Newsletters an mich weitergereicht und ich freue mich schon darauf, mit euch allen zusammenzuarbeiten. Dieser Newsletter kann Dich über Themen und Termine informieren, Du musst dich aber eintragen, sonst bekommst du ihn nicht mehr!

*Impressum:*  
Sylvia Albrecht  
Ihlingerstr. 100  
72160 Horb  
albrecht.sylvia@gmx.de  
jsj-albrecht.de



## Strömerlebnisse

Wenn Wünsche wahr werden – Strömen am Meer

Dieses Jahr führte uns unserer Sommerurlaub nach Sardinien. Sonne – Sand – Licht und Meer. In der Hotelanlage machte ich die Bekanntschaft mit der Wellnessdame Fatima, die Massagen im kleinen Pinienhain des Hotelgartens an der Küste anbot. Während der Vorsaison war nicht wirklich viel los an den Liegen und so dachte ich, dass ich mit ihr ins Gespräch komme und wir uns in Bezug auf Massage und Jin Shin Jyutsu austauschen könnten. Sie war schnell bereit eine JSJ-Behandlung zu geniessen. Für mich ist ein Traum wahr geworden, schon immer wünschte ich mir open air zu strömen, unter der Sonne am Meer.

Im anschliessenden Gespräch zeigte sich Fatima sehr erstaunt, wie schnell sie in die Entspannung kam, ohne dass ich mich „ins Zeug legen“ musste, wie sie es sich gewöhnt ist. Denn nach 3 Ganzkörpermassagen sei sie ziemlich fertig, so erklärte sie mir.

Vielleicht entsteht daraus eine neue Idee: Strömen am Meer! Wer kommt mit?



Iva Herzmann  
JSJ-Praktikerin, St.Gallen



## Jin Shin Jyutsu am 7. Welttanzfestival in Kisslegg, im Allgäu (D)

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

Ich nahm zusammen mit meiner Familie am diesjährigen Festival teil. Nebst verschiedensten Tanzworkshops, konnten wie an den letzten Festivals, wieder einige Massage- und Wellnessangebote genossen werden. Ich bot an 5 Tagen Einzelströmsitzungen an. Nach kurzer Zeit waren all meine Termine ausgebucht, sodass ich täglich 3-5 Menschen strömete. Ich war sehr erfreut über das grosse Interesse und die Offenheit. Die grosse Herausforderung für mich war die Lage des Raumes: voll im Zentrum des Geschehens: Alltagsgeräusche z.B. aus der Küche, des Essraumes, der Vorbeigehenden.... waren unmittelbar da!



Ich war froh, hatte ich verschiedene Meditationsmusik auf meinem Handy dabei, die ich zum ersten Mal einsetzte, um etwas von den Geräuschen abzdämpfen.  
Strömen im Alltag, inmitten des Lebens, mit allem was dazugehört. Das war mein Begleiter der Strömsitzungen. Fokussieren aufs Lauschen meiner Finger und Hände....  
Ich strömte vor allem den 1er-Strom und den Finger-Zehen-Strom.  
Die Rückmeldungen waren ausschliesslich positiv. Die meisten Klienten waren sehr erstaunt und überrascht, wie tief entspannt sie sich danach fühlten. Sie erzählten von Lichtreisen, Träumen, eine Frau berichtete, dass sie nun wisse, wie sie ihr Leben wieder in die Hand nehmen wolle....  
Für mich war es eine wunderschöne Erfahrung, so intensiv zu strömen. Ich fühlte mich diese ganze Woche sehr ausgeglichen, fühlte mich nie überflutet vom Zusammensein mit so vielen Menschen und hatte sehr viel Energie.

Tanja Zimmermann  
JSJ-Praktikerin St.Gallen

## Strömen mit Kindern im Kirchgemeindehaus in Bühler AR

13 Kinder zwischen 4-10 Jahren und 6 Mamas trafen sich am Mittwochnachmittag 6. September 2017 von 15-17h zum Strömkurs.

Mit Kissen und Decken ausgestattet setzten und legten wir uns auf dem Teppich in einen grossen Kreis. Zum Ankommen und als Einstieg zappelten unsere 10 Finger zu verschiedenen Fingersprüchli.

Ich hatte mit blauen Tüchern, farbigen Murmeln und weissen Federn in die Mitte des Kreises ein „ETWAS“ gelegt. Dazu erzählte ich eine Geschichte wie sich Energie und Strömen im Körper anfühlen und was es bewirken kann. Mit Federn legten dann die Kinder und Mamas ihre Projekte quer zum Fluss des „ETWAS“. Es gab Bauchwehfedern, Beinwehfedern, Traurigeinfedern, Wuffedern, Es ist mir alles zu viel-Federn, Unruhigsein-Federn.....

Anschliessend strömten wir zur Luca-CD von Ilse Fraisl unsere Finger. Die Kinder strömten sich im Liegen, im Kuschneln bei Mama, im Sitzen... eine sehr friedvolle Stimmung breitete sich im Raum aus.... Nach einer Pause zeichneten alle ihre Hände auf Papier und wir malten die individuellen Gefühlsfarben zu den jeweiligen Fingern. Die Mamas ergänzten noch mit Worten. Reich beschenkt und mit strahlenden Gesichtern verabschiedeten wir uns voneinander.

Rückmeldung einer Mama zwei Tage später:

T. kam heute am Mittag von der Schule nach Hause, das erste was er mir freudig mitteilte war: "Das nützt im Fall mit den Fingern halten! 15 Min. vor Schulschluss musste ich unbedingt auf's WC, so kurz vor dem Ende dürfen wir nicht mehr gehen. So hielt ich mir den Zeigefinger und es half, ich musste nicht mehr dringend gehen und hielt es sogar bis nach Hause aus."



Tanja Zimmermann  
JSJ-Praktikerin, St.Gallen

## Ström Tipp

Wenn wir unserer eigenen Energieversorgung Achtsamkeit schenken, lohnt es sich, direkt in der „Chefetage“ hereinzuschauen. Dort finden wir einen wunderbaren Strom der unser ganzes Energiegeflecht versorgt, harmonisiert und unser ganzes Wesen rundum zufriedenstellt: es ist der Dreieinigkeitsstrom. Er ist ein grosses Geschenk für einen Mitmenschen, aber auch für uns selber. Wir können ihn für uns selber in einer Reihe von 7 Quickies strömen wie ein ganzer Strom. Wenn wir jeden Kurzgriff etwa 3 Minuten anwenden, kommen wir auf einen Zeitbedarf von ca. 25 Minuten. Persönlich ströme ich diese Sequenz oft am Morgen noch vor dem Aufstehen. Sie wirkt sich für mich positiv auf den ganzen Tag aus.

|                  |                       |   |
|------------------|-----------------------|---|
| <b>Griff 1</b>   | <b>HZS</b>            | <b>Handinnenfläche</b>  |
| <b>Griff 2:</b>  | <b>Betr Str li</b>    | <b>R li 3/11 L li 15 für die aufsteig. Energie</b>                      |
| <b>Griff 3</b>   |                       | <b>R li 3/11 L li 25 für die absteig. Energie</b>                       |
| <b>Griff 4</b>   | <b>Betr Str re</b>    | <b>L re 3/11 R re 15</b>  |
| <b>Griff 5</b>   |                       | <b>L re 3/11 R re 25</b>  |
| <b>Griff 6</b>   | <b>Diag Vm Str li</b> | <b>R li 3 L Ring aus D auf Rf Nagel beide Knieinnenseiten verbinden</b> |
| <b>Griff 7</b>   | <b>Diag Vm Str re</b> | <b>L re 3 R Ring aus D auf Rf Nagel beide Knieinnenseiten verbinden</b> |
| <b>Abschluss</b> |                       | <b>HZS Handinnenfläche der andern Hand</b>                              |



Herbert Schrepfer  
JSJ-Praktiker, Abtwil



## Bericht

### **Jin Shin Jyutsu Symposium 2017 in Thaur / Tirol Eine Geburtstagsfeier von speziellem Format und Herzlichkeit**

Am 22./23. September 2017 wurde in Thaur/Tirol gefeiert. «Hands On», das JSJ Symposium 2017 war nicht nur eine Tagung, sondern vor allem auch eine Geburtstagsfeier für 10 Jahre Verein JSJ Österreich und 20 Jahre JSJ Vorarlberg und Tirol. Grossartiges wurde geboten, Vertreter/innen aus allen Landesteilen waren angereist und es konnten zahlreiche Gäste begrüsst werden. Mit einem «Get together» wurde am Freitag gestartet. Sekt wurde kredenzt, kulinarisch überwältigende Köstlichkeiten wurden gereicht und unter Begleitung von Klavierklängen die riesige Geburtstagstorte angeschnitten. Als Gratulanten reihten sich auch aus dem nahen Ausland angereiste Gäste ein.



Das Organisationsteam konnte Prof. Dr. Dr. Christian Schubert von der Universität Innsbruck gewinnen. Er führte wissenschaftlich fundiert, humorvoll und erfrischend in die Welt der Psychoneuroimmunologie ein, welche er treffend als Ganzheitsmedizin vorstellte. Mit zahlreichen Studien untermauerte er das Konzept des Biopsychosozialen Modells, in dem der Mensch nicht nur als Maschine mit viel Mechanik verstanden wird. Unschwer waren für die über 300 Zuhörer/innen die Parallelen zu Jin Shin Jyutsu zu erkennen. So zeigte er beispielsweise auf, welchen negativen Einfluss psychosoziale Faktoren wie verletzende Worte oder chronischer Stress durch Beziehungskonflikte auf das Immunsystem haben. Erstaunt zeigte sich das Publikum, dass sich häufige Kirchenbesuche und geselliges Zusammensein signifikant positiv auf die Lebenserwartung auswirken. Als grosses Lebenselixier bezeichnete er im weitesten Sinne Autonomie und Wertschätzung.

Genauso ein Ort der Wertschätzung, des Zusammenseins und des Wohlfühlens war das JSJ Symposium in Thaur. Ausserhalb von Innsbruck gelegen, ist Thaur ein kleiner schmucker Ort mit einem Gemeindesaal, der eine ganz besondere Atmosphäre bietet. Der grosse Saal im «Alten Gericht» mit seiner gelungenen Rundkonstruktion schien förmlich das sonnige Herbstwetter im Innern erstrahlen zu lassen. Allenthalben sah man freudiges Begrüssen, intensives Austauschen, Neues erlernen, Altes festigen und beim Essen neue Bekanntschaften knüpfen. Der Gastfreundschaft und Leidenschaft des Organisations- und Helferteams ist es zu verdanken, dass am Samstag weit mehr als 250 Menschen zusammengeführt wurden und den positiven Geist der JSJ Gemeinde erfahren konnten.

Neben den Fachvorträgen von Hedi Zengerle und Mona Harris fanden höchst informative Workshops statt: JSJ in der Arbeit mit Kindern, JSJ mit Tieren, JSJ in der Altenpflege und JSJ in Akutsituationen. Diese Workshops besuchten sowohl Laien als auch JSJ Praktiker, Gewähr für Begegnungen auf Augenhöhe. Parallel zu den Workshops konnten sich die Besucher auf den Gallerien des Gemeindesaals strömen lassen, getreu nach dem Motto «Hands On».

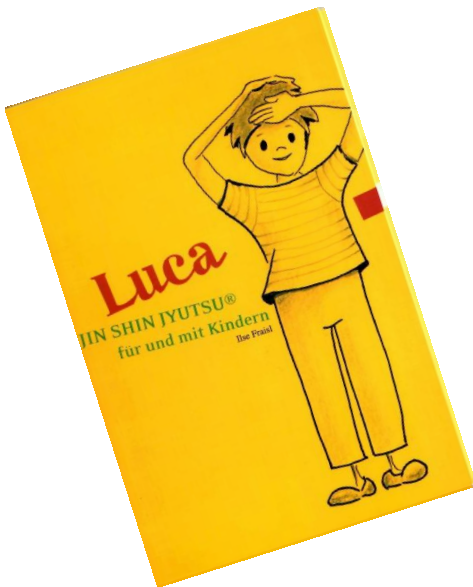
Auch für diejenigen, welche sich in Ruhe tiefer informieren wollten, war gesorgt: Die Räumlichkeiten waren bestückt mit Plakaten und wertvollen Informationen zur Geschichte und Anwendung des JSJ, zum Verein, zu Kursen und zu JSJ Praktikern. Am grossen Büchertisch im Entree konnte man sich gleich mit der nötigen Lektüre eindecken. Und die jüngsten Teilnehmer malten farbenfrohe Hände in der Kinderecke.

Susa Hagen, die Obfrau des Österreichischen JSJ Vereins, dankte zum Abschluss mit persönlichen Geschenken dem ganzen Team für den grossen Einsatz und das Gelingen des sehr gut besuchten JSJ Symposiums. Beschenkt verliessen auch die Gäste des Symposiums den Ort Thaur: Dem Wissen um die Kunst des Jin Shin Jyutsu.

Was im Bodenseeraum 2015 mit «Ein Dorf strömt» begonnen hat, in St. Gallen 2016 zum ersten «Hands On» Anlass wurde, erfuhr 2017 in Thaur mit dem JSJ Symposium «Hands On» seine über Tirol und Österreich hinaus strahlende Fortsetzung. Ganz einfach nachahmenswert. Denn Strömen verbindet!

Iva Herzmann  
JSJ-Praktikerin, St.Gallen

## Buchbesprechungen



### NEUAUFLAGE !!

Das Kinderhörbuch von der Vorarlberger Autorin Ilse Fraisl.

Erhältlich ab 23. September 2017 im Buchhandel.

Bestellungen sind bei der Autorin möglich

[ilse.fraisl@gmx.at](mailto:ilse.fraisl@gmx.at)

Für JSJ PraktikerInnen gibt es eigene  
Rabattkonditionen (10 Stück + 1 gratis).

Mit heiteren Reimen und tollen Illustrationen werden Kinder dazu motiviert, eine Selbsthilfemethode zur besseren Konzentration und zum Abbau von Ängsten zu erlernen. Die Energie des Kindes strömt besser.

Auch Kinder haben damit eine einfache und wirkungsvolle Möglichkeit, die eigenen Selbstheilungskräfte zu aktivieren und zu stärken. Auf jeder der 46 Kartonseiten befinden sich ein Reim und die dazu passende Strömübung mit der konkreten und genauen Illustration.

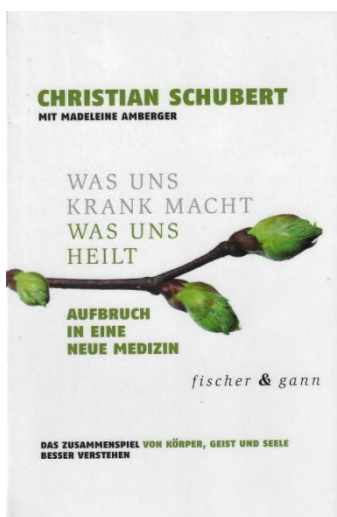
Selbst Erwachsenen in jedem Alter macht es Spaß, sie nachzumachen. Die Lust auf mehr steigt nach jeder neuen Seite. Eine beigelegte CD enthält die Vertonung der Texte in Kinderlieder, die sofort ins Ohr gehen. Kinder lernen mühelos, damit umzugehen. Das Buch eignet sich für Vorschul- und Schulkinder ... und all jene, die an Jin Shin Jyutsu interessiert sind.

Buchpräsentation mit der „Luca-Autorin“  
in der Schweiz

**Montag 30. Oktober 2017 / 20.00 – 22:00 Uhr**  
Mesmerhaus, Marktgasse 8a, 9050 Appenzell

Veranstalter ist FAMIDEA Appenzell  
(eine Untergruppe für junge Mütter des Frauen- und Müttervereins (FMG) in Appenzell)  
Kosten: Fr. 10 pro Person / Fr. 15 pro Paar

Die Praktikerinnen Regina Dobler und Manuela Streule werden Jin Shin Jyutsu erklären  
und die Autorin Ilse Fraisl wird vom LUCA-Buch erzählen



### Dr. Christian Schubert

(Siehe Bericht vom JSJ-Symposium in Thaur)

Es ist spannend, dass Wissen, das viele JSJ-Praktiker/ Praktikerinnen intuitiv kennen, auch in der Forschung und Wissenschaft in Experimenten und Studien erforscht, beschrieben und empirisch belegt werden kann.

Das Buch beschreibt das Zusammenspiel von Körper, Seele und Geist und hilft dieses aus einer anderen Perspektive besser zu verstehen.

## Kurse, Veranstaltungen

### **Daten 1. Semester 2017: 19. Sept., 17. Okt., 14. Nov., 5. Dez. 2017, 23. Jan. 2018**

Jin Shin Jyutsu Praxis-Strömgruppe mit Petra Elmendorff

Ort: JSJ-Räume, Seeplatz 1, 6374 Buochs

Anmeldung: Sonja J. Müller, Seeplatz1, 6374 Buochs, Tel. 041 622 16 23, Mob. 079 716 72 86

[www.sonjamueller.ch](http://www.sonjamueller.ch), [mail@sonjamueller.ch](mailto:mail@sonjamueller.ch)

### **13. bis 15. Oktober 2017 9.00 bis ca. 17.30 Uhr**

Themenkurs: Die Zyklen der Generation und Regeneration: Ausatmen, Geburt, Leben, Ausatmen

Michael Wenninger, Übersetzung: Brigitte Purner

Kursort: Haus Gutenberg, FL - 9496 Balzers

Anmeldung / Organisation: Marianne Lörcher, [mail@marianneboercher.li](mailto:mail@marianneboercher.li) Tel. +41 (0) 79 261 14 09

### **20. – 22. Oktober 2017**

Atelier Anfassen in Zürich mit Matthias Roth

Ort: Kirchgemeindehaus Dietikon

Organisation: Benno Peter & Marietta Pini, Raiweg 11, 8108 Dällikon

Tel.: (0041) 44 371 55 02 e-mail: [viva.praxis@bluewin.ch](mailto:viva.praxis@bluewin.ch)

### **23. – 25. Oktober 2017**

Mentorenprogramm mit Matthias Roth

Kirchgemeindehaus Dietikon

Organisation: Benno Peter & Marietta Pini, Raiweg 11, 8108 Dällikon

Tel.: (0041) 44 371 55 02 e-mail: [viva.praxis@bluewin.ch](mailto:viva.praxis@bluewin.ch)

➔ In diesen Kursen hat es noch Platz – auch für Kurzentschlossene.

### **Samstag, 21.10.2017 09.30 – 17.30 Uhr**

Selbsthilfebuch 2 mit Brigit Graf

RaumSein Neubrunn/ Turbenthal

Infos und Anmeldung: 078 728 4713 / 052 337 19 30 / [b.graf@clinch.ch](mailto:b.graf@clinch.ch)

### **Donnerstag, 26. Oktober 2017 in St.Gallen**

JSJ-Impuls, 19.30-21.30 Uhr

Kursleitung: Iva Herzmann, JSJ Praktikerin, St.Gallen

Infos und Anmeldung: [iva.herzmann@me.com](mailto:iva.herzmann@me.com)

### **Samstag, 28. Oktober 2017, in St. Gallen**

Ein Tag für mich: 9.00 – 16.00 Uhr

Kursleitung: Iva Herzmann, JSJ Praktikerin, St.Gallen

Infos und Anmeldung: [iva.herzmann@me.com](mailto:iva.herzmann@me.com)

### **Montag, 30. Oktober 2017, in Appenzell**

LUCA Buchpräsentation mit Ilse Fraisl

Mesmerhaus Marktgasse 8a, 20.00-22.00 Uhr

Infos und Anmeldung: [manuela.jsj@bluewin.ch](mailto:manuela.jsj@bluewin.ch)

### **Mittwoch 1.11.2017**

Vortrag Jin Shin Jyutsu Brigit Graf, Neubrunn

Keine Anmeldung, öffentlicher Anlass

Bibliothek Turbenthal

### **Samstag, 4. November 2017 in Gais**

Selbsthilfekurs Buch 2, 9.00 – 17.00 Uhr

Kursleitung: Manuela Streule, Appenzell, Ursi Nägeli- Ebnetter, JSJ Praktikerin St.Gallen

Infos und Anmeldung: [manuela.jsj@bluewin.ch](mailto:manuela.jsj@bluewin.ch)

**Sonntag, 5.November bis Samstag, 11.November 2017**

Strömen und Brausen in Andiastr  
Kursleitung: Iva Herzmann, JSJ Praktikerin, St.Gallen  
Infos und Anmeldung: [iva.herzmann@me.com](mailto:iva.herzmann@me.com)

**Samstag, 18.11.2017 09.30 – 17.30 Uhr**

Selbsthilfebuch 3 mit Brigit Graf  
RaumSein Neubrunn/ Turbenthal  
Infos und Anmeldung: 078 728 4713 / 052 337 19 30 / [b.graf@clinch.ch](mailto:b.graf@clinch.ch)

**Jeweils Mittwoch 30.8./ 27.9./25.10./29.11.**

Strömgruppe in der Praxis am See  
Ort : Praxis am See, Seebileichstrasse 60, 9404 Rorschacherberg  
Anmelden bitte unter : [cathy.knecht@hotmail.com](mailto:cathy.knecht@hotmail.com) oder Tel. 076 565 08 83

**14. – 18. Februar 2018**

5-Tageskurs mit Ian Harris  
Ort: Kirchengemeindehaus Dietikon  
Organisation: Benno Peter & Marietta Pini, Raiweg 11, 8108 Dällikon  
Tel.: (0041) 44 371 55 02 e-mail: [viva.praxis@bluewin.ch](mailto:viva.praxis@bluewin.ch)



## Zum Newsletter

Sie erhalten die Ausgabe 18 des Newsletters Jin Shin Jyutsu Schweiz. Allen, die daran mitgearbeitet haben ein herzliches Dankeschön! Wir freuen uns, dass ein lebendiger und informativer NL den Weg zu seinen Lesern finden darf.

Für 2018 möchten wir den NL weiterentwickeln und auch sein Gesicht verändern. Wir hoffen, dass wir weiterhin auf viele Beiträge zählen dürfen, damit er auch im 7. Jahr lebendig und informativ bleiben wird. An diesem NL mitgearbeitet haben:

Iva Herzmann, Herbert Schrepfer, Manuela Streule, Tanja Zimmermann

Wir suchen für den NL A19 wieder spannende Berichte aus verschiedenen Regionen in der Schweiz, Strömerlebnisse, besondere Erfahrungen mit Strömen, auch Tipps. Wir möchten das Thema Jin Shin Jyutsu, Advent und Weihnachten in diesen NL einfließen lassen.

Kritik und Anregungen, die helfen, den NL weiter zu entwickeln, sind ebenfalls willkommen.

Der nächste NL Ausgabe 19 ist geplant auf **Ende November 2017**. Beiträge, Kursaus-schreibungen, etc. bitte bis spätestens 15.November 2017 an [kontakt@lebens-oase.ch](mailto:kontakt@lebens-oase.ch) .

**Hinweis:**

Bitte meldet zurück, wenn eure Emailadresse sich ändert und ihr den NL weiterhin bekommen möchtet. Adressen von nicht zustellbaren NL muss ich gezwungenermassen aus dem Verzeichnis löschen. Wer den NL nicht mehr erhalten möchte, kann dies unter [kontakt@lebens-oase.ch](mailto:kontakt@lebens-oase.ch) mitteilen. Alle bisherigen Ausgaben stehen unter [www.lebens-oase](http://www.lebens-oase) und auf [www.jinsjinjyutsu.ch](http://www.jinsjinjyutsu.ch) weiterhin als Download zur Verfügung.

## Numerologischer Hintergrund zu A 18

2017 ist in der Quersumme die 10, ein Jahr der Fülle und dem Planeten Sonne zugeordnet. Die Ausgabe des NL 18 hat eine unglaubliche Fülle an Informationen, Beiträgen und Kursen. Das Ausgabedatum Sonntag, 1.10. 2017, also 1 – 10 – 10  
Sonne – Einheit – Fülle – Fülle - ist besonders in dieser Hinsicht so gewählt worden.