



# Jin Shin Jyutsu Schweiz Newsletter



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

4. Ausgabe NL 3/2012  
Ende Oktober 2012

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

Der goldene Oktober zeigt sich noch einmal von seiner allerschönsten Seite: Sonne, Wärme, ein reicher Segen von Früchten von tiefroter bis goldgelber Farbe, bunte tanzende Blätter. All dies zeigt die Fülle, mit der uns die Natur segnet. Übertragen wir dies auf unser Leben, freuen wir uns über diesen Reichtum, spüren aber auch die andere Seite: die Natur kommt zur Ruhe und bereitet sich auf die Winterzeit der Ruhe und Regeneration vor. Die Nächte werden nun schnell länger, und wir brauchen vielleicht mehr Schlaf. Unsere warmen Stuben werden wieder vermehrt zum Zentrum unseres Zusammenlebens. Mögen sie für alle Menschen ein Ort der Liebe und des Friedens mit vielen guten Gesprächen sein.

Auch im Jin Shin Jyutsu zeigt sich im Jubiläumsjahr grosser Reichtum. Wir dürfen für unseren Newsletter viele neue Interessenten herzlich willkommen heissen. In vielen Städten wurde das 100 Jahr Jubiläum mit festlichen Veranstaltungen gefeiert. Ein besonderer Anlass war am 13. Oktober das Strömen der Mudras - in 22 Ländern, an vielen Orten zur gleichen Zeit – ein wirkungsvoller Anlass, der Kraft und Frieden für die ganze Erde bringen möge. Viele Kurse haben dieses Jahr stattgefunden, die Menschen bereichert und Ihnen Türen zu neuen Horizonten geöffnet.

Unverkennbar öffnet das Jahr 2012 Türen zu neuen Horizonten, zu einer andern Sichtweise des Lebens. Immer mehr Menschen spüren, dass hinter der Welt von Macht, Technik, Geld und Apparaten noch eine andere Welt verborgen ist. Neue Werte rücken in den Vordergrund, Spiritualität und Suche nach dem Sinn des Lebens gelangen immer mehr ins Zentrum. Die eigene Persönlichkeit und Gesundheit werden als etwas Ganzheitliches erfahren, das Körper, Geist und Seele gleichermaßen umfasst. Mit Jin Shin Jyutsu ist uns eine wunderbare Kunst geschenkt worden, die uns lehrt, uns selber und unseren Mitmenschen genau so zu begegnen, dass wir in jedem Wesen und auch in uns selber den einmaligen, göttlichen Kern spüren und ihn als grosses Wunder erkennen dürfen. Jin Shin Jyutsu schenkt uns viele einfache und wirksame Übungen, die alle Menschen überall und ohne grossen Aufwand ausführen können, die über längere Zeit ausgeführt unser Leben bereichern und in gutem Sinn verändern.

Herbert Schrepfer

## 100 Jahr Jubiläum Jin Shin Jyutsu

# JSJ Schweiz



100 Jahre Jubiläumsanlass 6.6.2012 in St.Gallen

Unter dem Motto „Entdecke die Kraft deiner Hände“ haben wir in den St. Katharinen Festsaal eingeladen. Gekommen sind über 70 neugierige und interessierte Personen, die sich nach dem Vortrag über die Hände von Herr Dr. Alfred Noser und den Fingerstudien von Christine Kellenberger an den Büchertischen über Jin Shin Jyutsu informierten. Ein gelungener Anlass!



Ch. Kellenberger, H. Schrepfer, I. Herzmann, JSJ Ostschweiz/SG



Hedi Zengerle, JSJ Österreich



Informationsaustausch und Büchermarkt



Vortrag von Dr. Alfred Noser

## Zum 100 Jahre Jubiläum ein Spezial-Kurs in Walzenhausen „Alles ist in den Fingern“ mit Mona Harris, 3.- 4. Juli 2012



## Alle strömen Mudras, weltumspannender Anlass am 13. Oktober 2012

In **Abtwil / St. Gallen** haben sich 22 Personen zum Jubiläumsanlass eingefunden. Mit wunderbar schwingenden Klangschalen hat Petra Gellhaus-Schrepper die stündige Meditation eingeleitet. Vielen Dank.



## Bericht aus Bülach:

Für unsere kleine Gruppe war es wundervoll, die Harmonie mit dem universellen Rhythmus des Universums zu spüren. Licht und Liebe aus Bülach

Esther Elliker



## Schweizer Praktiker/Praktikerinnen Treffen

### Bericht vom Praktikertreffen in Dintikon vom 18.8.2012

Das diesjährige Praktikertreffen war wieder ein gelungener Anlass, sich neben dem Strömen kennen zu lernen und auszutauschen. Wir sind der Einladung von Dora Kühnis in ihr „Atelier im Rosengarten“ gefolgt, ein wunderbarer Ort mit grossem Saal, phantastischer Energie und umsorgenden Gastgebern. Danke nochmals an Dora und Johannes für den Raum und die Bewirtung.

Insgesamt konnten dieses Jahr 14 Praktiker und Praktikerinnen der Einladung folgen, so dass wir eine spannende und grosse Gruppe waren und wirklich neue Netze spannen konnten. So war dieses Mal Graubünden gleich zweimal vertreten, und ein Fühler streckt sich wieder in die Region Basel.

Neben dem gegenseitigen Strömen hatten wir wieder Gelegenheit über einige Themen zu sprechen. Vor allem ging es um die grundsätzliche Struktur des Praktikertreffens. Wir haben uns entschieden, dass zukünftig verschiedene „Teams“ das Treffen organisieren werden. In den Händen der einzelnen Teams liegt die Verantwortung für den Inhalt und die Dauer. Wir haben auch über den Termin „3. August-Wochenende“ diskutiert, sind aber bei diesem Wochenende geblieben. Zukünftig kann es sein, dass das Treffen ein oder zweitägig sein wird, so dass auch die Weiterreisenden wieder dabei sein können. Für das nächste Jahr habe ich die Organisation nochmals provisorisch übernommen, weil sich so

spontan kein Team gefunden hat. Bis Januar bin ich aber für Nachmeldungen offen und werde es sonst bei der nächsten Einladung thematisieren.

Es besteht Bedarf für ein Forum, in dem man sich aktuell austauschen kann. Dieses gibt es in Deutschland schon und wir können davon sicher profitieren. Wer Fragen hat, sich austauschen möchte, kann das auch anonym unter <http://stroem-forum.de> tun.

Der Newsletter hat sein erstes Lebensjahr überstanden und wird sehr positiv wahrgenommen. Es gibt sogar Abonnenten aus Deutschland und Österreich. Er wird also weiter wachsen dürfen und Herbert als Redaktor ist sehr angewiesen auf Eure Fragen, Beiträge etc. [kontakt@lebens-oase.ch](mailto:kontakt@lebens-oase.ch) Wir haben beim Treffen über einige Bücher diskutiert und werden diese in den nächsten Ausgaben vorstellen. Zudem gibt es auf der Homepage von Herbert ein Newsletter-Archiv und neu auf <http://jinshinyutsu.ch> .

Eine Anregung für das laufende Jahr um in Kontakt zu bleiben und mehr voneinander profitieren zu können, wären spontane themenbezogene Treffen in den Regionen wünschenswert. Das liegt in Euren Händen.

Zur Homepage <http://jinshinyutsu.ch>: sie wird mehr und mehr in der Öffentlichkeit wahrgenommen. Bei mir laufen immer wieder Anfragen ein, die ich an die entsprechenden KollegInnen weiterleite. So soll es sein. Nun haben wir beim Praktikertreffen entschieden, dass wir bei den Adressen auch einen Vermerk machen, wenn jemand Selbsthilfekurse gibt. Ich habe ein ° gewählt. Auf der Adressliste gibt es die ersten Einträge. Bitte gebt mir Bescheid, bei wem ich das nachtragen soll.

Na ja, und dann haben wir natürlich noch gesträmt und gesträmt, und viele gute Gespräche gehabt.

**Das nächste Treffen** wird also wie immer am 3. Wochenende im August stattfinden. Dieses Mal also am **17.8.2013**. Bitte merkt Euch doch diesen Termin schon mal in der Agenda vor.

Anja Moeckli



## Strömen

### SES 11 Lass deine Schultern fallen und lächle!

Ein Tipp für die dunkle Herbstzeit zur Unterstützung der 2.Tiefe



## Strömerlebnisse

### Eine spezielle Strömerfahrung bei Epilepsie

Seit ich weiss, dass man auch bei einem epileptischen Anfall strömen kann, ist es in meinem Interesse dieses bei Gelegenheit auszuprobieren.

Wir waren mit unserer Schwester zusammen, als wir merkten, dass sich bei ihr einen „Grand Mal-Anfall“ anbahnte.

Brigitte legte sie behutsam auf den Boden und begann die SES 7 beidseits zu strömen. In kurzer Zeit war sichtbar, dass sich die Beine entspannten. Ich strömete SES 20 und SES 4. Als sie wieder reagierte, fragte sie uns, ob etwas gewesen sei?

Sie legte sich für kurze Zeit ins Bett. Ihre Hände ruhten, ohne es zu wissen auf SES 13. Danach war sie wie immer.

Wir durften erleben, dass:

- Der Anfall bedeutend kürzer war.
- Die Verkrampfungen der Beine schnell nachliessen.
- Sie kaum mit dem Kopf auf den Boden geschlagen hat.
- Sie kaum müde war nach dem Anfall. Sonst schlief sie 1 ½ Stunden.
- Sie hatte keinen Urin Abgang.
- Sie war danach nicht weinerlich.
- Sie war den Tag über, wie sonst.

Esther Rimle

## Jin Shin Jyutsu Kreativität!

Heute habe ich eine Kollegin zum Körperlesen und Pulsehören getroffen und sie erzählte mir folgende Geschichte. Da sie keinen Computer besitzt, schreibe ich für euch die Geschichte hier auf.

Sie hält sich bei Mücken, Wespen und Brähmenstichen immer beide hohe 19 und nach ca. 10 Minuten löst sich das Jucken in nichts auf und der Stich gleich mit. Dieses Mal war es komplett anders. Der ganze linke Unterschenkel schwoh an. Beide Hände auf den Stich brachte nicht wirklich Linderung und eben beide h19 auch nicht.

Also entschied sie, dass es eine geballte Ladung Jin Shin Jyutsu braucht. Sie machte auf dem Stich ein Päckli aus linkem Zeigefinger + rechtem Zeigefinger, darüber linker Mittelfinger + rechter Mittelfinger, darüber linker Ringfinger + rechter Ringfinger. Also immer schön links und rechts im Wechsel (siehe Foto).

Nach kurzer Zeit fing die rechte 3 an zu arbeiten und die Schwellung ging zurück. Ich bin begeistert über diese Idee mit den eigenen Fingern ein Packet zu bilden, wenn man gerade keine „Fremdhände“ zur Verfügung hat und wollte Euch das nicht vorenthalten.



Anja Moeckli



## Forum



Entgegen der Empfehlung im letzten Newsletters, habe ich das neue Buch von Ilse-Marie Farnow gekauft, vor allem, weil ich ihre Bücher bisher immer sehr bereichernd gefunden habe. Und so auch dieses Mal, vor allem, weil es viel in Frage stellt und zum Nachdenken anregt. Gleich vorneweg: Ja, es sind Fehler im Buch, und beim Zentralstrom liegt tatsächlich die linke Hand auf dem Kopf. Und da kommt auch schon die erste Frage - was heisst hier eigentlich falsch. Wenn ich Mary richtig verstehe, gibt es im Jin Shin Jyutsu kein richtig oder falsch, sondern nur anders. Es ist dann sicher nicht mehr der Zentralstrom mit der genau gleichen Wirkung, aber wirkungsvoll ist er auf jeden Fall. Mein Jin Shin Jyutsu-Leben begann mit ca. 2 Jahren linke Hand auf dem Kopf, weil ich mit einem grossen Kurs begonnen habe und die Selbsthilfebücher hatte ich geerbt.

Und ich erinnere mich an grosse Wirkung, vor allem wenn ich Menstruationsbeschwerden hatte. Warum regt das Buch zum Nachdenken an? Frau Farnow ist eine Frau mit fundiertem Wissen in mehreren asiatischen Heilmethoden und sie schreibt nichts im Buch ohne Grund, aber häufig aus einer anderen Perspektive. So kommt sie zu anderen Sicherheitsenergieschlössern und Kombinationen, manchmal auch zu anderen Aussagen. Das ergibt jedes Mal einen Denkprozess, „warum tut sie das?“, „ist das für mich nachvollziehbar?“ oder eben nicht. Es tut gut sich mit dem Warum des Wies (Zitat Mary, Selbsthilfe Buch 3) auseinander zu setzen.

Was gefällt mir an dem Buch?

Besonders auffällig ist, das sie extrem liebevoll für das Strömen begeistert. Sie gibt richtig starke Impulse zum tun, obwohl viel Text zu lesen ist. Sie regt zum Beispiel immer wieder an, gegenseitig zu strömen - ein Beispiel: „Auch diese Übung können Sie zum entspannenden Genuss zu zweit machen, indem Sie sich Kopf an Fuss gemeinsam auf die Couch legen und sich gegenseitig strömen.“ Ausserdem baut sie das Buch nach den Elementen auf, geht auf Tiefe, Körperfunktionsenergie, Sicherheitsenergieschlösser und Projekte ein und hat so eine andere Zusammenfassung als geläufig. Alles in allem kann ich das Buch sicherlich empfehlen, vor allem erfahrenen Praktikern (wie ihre anderen Bücher auch). Wenn der Anfänger über das Buch zum strömen kommt, auch mit „Fehlern“, ist das doch primär wunderbar. Trotzdem wird es auf meinen Buchempfehlungen für Klienten nicht erscheinen.

Anja Moeckli



Liebe Susanne

Über Deine Frage, was anatomisch beim Pulsieren passiert habe ich eine ganze Weile nachgedacht, weil ich mir darüber noch nie wirklich Gedanken gemacht habe. Ich glaube nicht, dass es sich dabei überhaupt um ein anatomisches Phänomen handelt und deshalb ist es nicht erklärbar. Einige meinen, der Blutpuls kommt dem Pulsieren am nächsten. Das mag stimmen für das regelmässige und starke Pulsieren der 5. Tiefe, die ja auch mit dem Herzen verbunden ist. Aber wie sieht das aus mit dem Wispern, oder Ziehen, oder Blubbern der anderen Tiefen. Ich glaube, das ist mit den Worten der traditionell westlichen Medizin nicht greifbar, aber es IST. Vielleicht ist das das Wunder, an dem wir täglich teilhaben dürfen. Zu spüren, wie die Energie durch alle Tiefen hindurch transformiert und uns über ihre Textur liebevoll zuwinkt.

Anja Moeckli





## Buchbesprechungen

Im Newsletter Nr. 3 war der Text zum Buch das Herzenhören von Jan-Philipp Sendker unvollständig abgedruckt. Deshalb soll dieses Buch nochmals vorgestellt werden.

### Das Herzenhören, Jan-Philipp Sendker, 2003

Geheimnis des Herzens im magischen Birma ISBN-13: 9783442457267



Die junge New Yorker Anwältin Julia Win hat sich noch nie so fremd gefühlt wie in Kalaw, einem malerischen birmesischen Dorf. Hierher hatte sie die Suche nach ihrem Vater geführt, der vor vier Jahren plötzlich verschwunden war. Ein alter Liebesbrief von ihm, gerichtet an eine Unbekannte, hatte Julia auf diese Spur gebracht. Er erzählt ihr die Geschichte ihres Vaters, es ist die Geschichte der ungewöhnlichen Liebe eines blinden Jungen zu einem gehbehinderten Mädchen. Auf seinem Rücken reitend beschreibt sie ihm die Welt, die er mit seinen außergewöhnlichen Hörfähigkeiten auf seine eigene Art wahrnimmt.

Körperlesen-Pulsefühlen mit Brigitta Meinhardt, 14./15.4.2012. Als wir in das Geheimnis von Rhythmus und Texturen der Pulse eingeführt wurden, erwähnte Birgitta diesen spannenden und einfühlsamen Roman. Ihren Schilderungen gemäss wird dieses

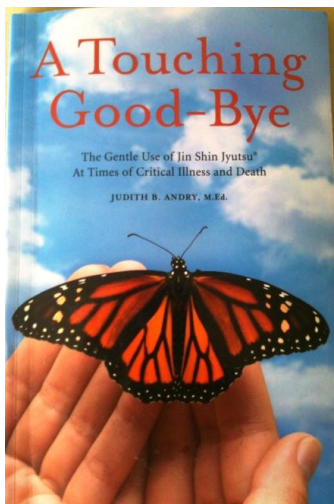
Buch in Jin Shin Jyutsu Kreisen verwendet, um bildhaft auf die verschiedenen Qualitäten des Hörens zu sensibilisieren. Mich jedenfalls hat das Buch von Anfang an fasziniert und mir Sphären eröffnet, in die ich noch nie eingetaucht bin. Etwas für das Gemüt - TOP!!!

Iva Herzmann

### A Touching Good-Bye, Judith B. Andry,

The gentle use of Jin Shin Jyutsu at times of critical illness and death.

ISBN 978-0-9818126-0-1, Ampersand Inc. Dieses Buch gibt es nur auf Englisch.



In der schwierigen, oftmals hilf- und sprachlosen Situation der Sterbebegleitung von Menschen, die uns lieb sind, ist Jin Shin Jyutsu eine einzigartige Unterstützung. Aber auch in der Begleitung von «nur» schwer erkrankten Menschen, gibt uns JSJ wunderbare Hilfsmittel an die Hand. Dieses Buch beschreibt wunderbar einfühlsam und doch klar 30 Fälle, in denen Jin Shin Jyutsu die letzten Tage eines Menschengenossen auf Erden, den Übergang in sein neues Sein bewusst mitgestalten half, Frieden in den Sterbeprozess gebracht und den Angehörigen Trost und Kraft vermittelt hat, wobei es sich in allen Fällen um sehr schwere Erkrankungen handelt, aber nicht alle aufgeführten Fälle tödlich enden. Die praktischen Tipps sind einfach und gut verständlich - teilweise gibt es Abbildungen. Kenntnisse in der Kunst des Jin Shin Jyutsu sind für das Verständnis des Buches

nicht notwendig, ein Abschnitt am Ende des Buches erklärt die nötigsten Griffe. Es handelt sich dabei durchwegs um einfache, gut anwendbare Griffe auch in schwierigen Situationen. Auch wenn Ihr Englisch nicht perfekt ist, werden Sie verstehen, was gemeint ist. - Ein wichtiges, hilfreiches Buch, das es hoffentlich bald auf Deutsch gibt.

Madelaine Aschwanden

## Kurse, Veranstaltungen

### **Donnerstag, 25. Oktober 2012**

Einführungsabend Jin Shin Jyutsu für Senioren, 19.00 – 20.30 Uhr,  
Treffpunkt Haggen, Haggenstrasse 56, 9014 St.Gallen,  
Infos und Anmeldung: [iva.herzmann@me.com](mailto:iva.herzmann@me.com)

### **Freitag, 2. November 2012**

Einführungsabend „Kinder strömen“ für Eltern oder Grosseltern, 19.30 – 21.00 Uhr Treffpunkt  
Haggen, Haggenstrasse 56, 9014 St.Gallen, Infos und Anmeldung: [iva.herzmann@me.com](mailto:iva.herzmann@me.com)

### **Samstag, 10. November 2012**

Kurs: „Kinder strömen“ mit Eltern oder Grosseltern, Puppe oder Teddy mitbringen.  
9.00-11.00 Uhr, Treffpunkt Haggen, Haggenstrasse 56, 9014 St.Gallen,  
Infos und Anmeldung: [iva.herzmann@me.com](mailto:iva.herzmann@me.com)

### **Samstag/Sonntag, 8.-9. Dezember 2012**

Selbsthilfekurs: Buch 1, Raum Leukerbad, Wallis  
Kursleitung: Anja Moeckli, Praxis haendedrauf, Küssnacht am Rigi, [www.haendedrauf.ch](http://www.haendedrauf.ch)

### **Sonntag, 9. Dezember 2012 und 2 Mittwochabende, 5.12. und 12.12.**

Selbsthilfekurs 2 Praxis Lebensoase, Furtbachweg 6 9030 Abtwil  
Kursleitung: H. Schrepfer Anmeldung unter [www.lebens-oase.ch](http://www.lebens-oase.ch) oder 071 311 35 93

### **Freitag, 21. Dezember 2012**

Strömen zur Wintersonnenwende, 19.30-22.00 Uhr, Pavillon Wolfganghof 11, 9014 St.Gallen,  
Infos und Anmeldung: [iva.herzmann@me.com](mailto:iva.herzmann@me.com)

### **Samstag/Sonntag, 19.-20. Januar 2013**

Selbsthilfekurs: Buch 2, St.Gallen  
Kursleitung: Anja Moeckli, Assistenz: Iva Herzmann, Infos und Anmeldung [iva.herzmann@me.com](mailto:iva.herzmann@me.com)

### **Voraussichtlicher Termin: Samstag, 19. Januar 2013**

Workshop Kennenlernen von Jin Shin Jyutsu, 09.00 – 17.00 Uhr  
Ort: Jnajo Yogaschule, Feldstrasse 62, 8180 Bülach, Esther Elliker:



## Zum Newsletter

Die nächste Ausgabe A 5 des Newsletters ist geplant auf ca. Anfang Februar 2013.  
Bitte gebt mir per Mail eure Ausschreibungen für Kurse, Vorträge, die ihr im Newsletter veröffentlichen wollt, bis **15.1.2013** bekannt.

Wir suchen spannende Berichte (auch nochmals zum 100 Jahr Jubiläum),  
Strömerlebnisse, usw. damit ein lebendiger Newsletter mit euren Beiträgen entstehen kann. Auch Anregungen und Kritik sind willkommen. Wir freuen uns über einen regen Austausch und danken allen, die sich mit einem Beitrag für den Newsletter Schweiz engagieren.

Wer den Newsletter nicht erhalten möchte, kann dies unter [kontakt@lebens-oase.ch](mailto:kontakt@lebens-oase.ch) mitteilen, ebenso stehen alle bisherigen Ausgaben unter [www.lebens-oase.ch](http://www.lebens-oase.ch) und auf [www.jinshinjyutsu.ch](http://www.jinshinjyutsu.ch) als Download zur Verfügung.