

Vmk-SG-Info

Nr. 1

Im März 2021

*



Liebe Mitglieder des Vereins für Menschenkenntnis St. Gallen

Vielleicht haben Sie von der Legende, wie das Schachspiel entstanden sein soll, schon gehört.



Vor etwa 1500 Jahren soll der brahmanische Weise Sessa für seinen König Sheram ein Spiel erfunden haben, indem König, Königin, Bauern, Reiter und Läufer – das ganze Königreich - eine Einheit bilden. König Sheram war begeistert, weil das Spiel viel Lebensweisheit zeigte und beste Unterhaltung bot. Er bot dem Weisen eine Belohnung an, die er sich selbst aussuchen durfte. Sessa wünschte sich nun bescheiden auf dem ersten Feld ein einziges Reiskorn, auf dem 2. Feld 2 Reiskörner, auf dem 3. Feld 4 Reiskörner auf jedem weiteren Feld immer das doppelte. Zusammengezählt ergibt sich die Menge Reis, die der Schatzmeister des Königs bereitstellen sollte. Sheram war über den bescheidenen Wunsch des Brahmanen etwas ungehalten, er war als sehr reicher König bekannt. Nun machten sich die Gelehrten des Königs an die Arbeit, um die Menge Reis zu berechnen. Nach vielen Stunden Arbeit mussten sie mit Schrecken feststellen, dass es auf der ganzen Erde nicht so viel Reis gibt. Zählt man die Menge Körner auf allen 64 Feldern zusammen, kommt man auf die sagenhafte Zahl von 18'446744'073709'551615 Körnern – also 18 Trillionen Körner.

Hierzu kann man noch ein Gedankenspiel anfügen: Ich habe 100 Reiskörner abgezählt und gewogen –

100 Körner entsprechen 4 g Reis. Ein Sack mit 1 Million Körner wiegt demnach 40 kg.

1 Trillion Körner – da kommen zu den kg nochmals 12 Nullen dazu – also 40 000000'000000 kg = 40000'000000 Tonnen - 40 Tausend Millionen Tonnen Reis. Und es sind 18 Trillionen, also die unvorstellbar grosse Menge von 720 Tausend Millionen Tonnen Reis.

Diese Menge soll nun in einem Zug in Wagons zu 10 Tonnen und 10m Länge transportiert werden.

Wie lange wird dieser Zug? Dazu 2 Hinweise: die Distanz Erde – Mond beträgt 384 000 km, jene Erde – Sonne 150'000000 km (1 AE - astronomische Einheit)

Aus meiner Sicht hat diese kleine Geschichte mit der Gedankenspielerlei in 3 Punkten mit unserer heutigen Zeit zu tun:

1. Die Geschichte zeigt dramatisch, wie exponentielles Wachstum funktioniert. Davon ist derzeit viel die Rede im Zusammenhang mit Corona und dem sogenannten R-Wert.
2. Sessa übermittelte seinem König auch die nonverbale Botschaft von Bescheidenheit – nicht alles ist machbar und erfüllbar – trotz der unbegrenzten Möglichkeiten, die sich im Schachspiel und im Denken des Königs offenbaren. Auch in der heutigen Zeit müssen wir Menschen wieder zurückfinden zu mehr Bescheidenheit – nicht jede Reise, jedes Fest, etc. muss man erlebt haben.
3. All die geschlossenen oder eingeschränkten Lebensräume lassen uns eine neue Kreativität und Kräfte, die aus unserem Inneren kommen, entdecken. Dazu gehört z.B. wie wir uns in der Familie mit 3 Kindern – Homeoffice – Homeschooling – Hund – etc. organisieren. Es gibt Fragen wie – was machen wir mit der Ferienwoche? Lesen – spielen – spazieren – sich weiterbilden – Geschichten erfinden und erzählen – malen - musizieren oder sich mit solchen Gedankenspielen beschäftigen (sie gehören definitiv in die Kategorie «Wissen, das niemand

braucht») - sind kreativ und lassen lächeln, schmunzeln, staunen und bereiten Freude.

Eine Erkenntnis daraus ist, dass das kreative Potential in den eigenen 4 Wänden oder unserem vielleicht als eingengt empfundenen Lebensraum viel grösser ist, als wir denken.

Trotzdem erleben wir auch Ängste, Zweifel, und unsere Stimmung ist nicht immer «himmelhochjauchzend». Man kann nichts planen, hört man immer wieder. Solche Stimmungsschwankungen erleben beinahe alle Menschen immer wieder in der einen oder anderen Form.



*

So könnte ein Logo des zukünftigen Vereins aussehen. Dies ist einer der

Vorschläge, die im Auftrag des Vorstandes zH. der GV erarbeitet wurden.

Informationen aus dem Vorstand

An der letzten GV war die Zukunft des Vereins für Menschenkenntnis St. Gallen ein Diskussions-thema. Die Mitglieder sprachen sich klar für eine Weiterführung und Erneuerung des Vereins aus. So war nun dieses oben erwähnte kreative Potential gefragt.

Der Vorstand möchte in diesem Vmk-SG-Info Nr. 1 berichten, was in der Zwischenzeit alles gelaufen ist.

Es wurde eine «AG Neuausrichtung des vmk-sg» gebildet mit dem Auftrag zH. des Vorstandes und der nächsten GV ein Konzept für den zukünftigen Verein auszuarbeiten. Voraussetzungen waren, dass der Name Verein für Menschenkenntnis geändert werden muss, und auch das alte Logo des svmk nicht mehr benützt werden kann. Die AG machte sich sofort an die Arbeit mit dem Ziel, dass in der Zeit zwischen Oktober und Dezember das Konzept für diese Neuausrichtung erarbeitet und dem Vorstand vorgestellt werden sollte.

In 4 Sitzungen würde dann dieses Konzept erarbeitet und noch vor Ende Jahr in einer gemeinsamen Sitzung dem Vorstand präsentiert. Die Neugestaltung eines Logos hatte die AG ausgeklammert. Es war dann der Wunsch des Vorstandes, dass die AG auch noch ein Logo kreieren sollte. Dafür brauchte es aber nicht mehr die ganze AG. Diese Aufgabe übernahmen dann Heidi Godi und der Schreibende. Die nun vorliegenden 4 Vorschläge und Varianten stehen nun zur Begutachtung und Auswahl

(2 verschiedene Bilder und 2 Vereinsnamen). Dies war ein klarer Auftrag des Vorstandes, zwei Logo-Bilder zu entwerfen, die zu den zwei Namensvorschlägen passen. Ein Bild soll mehr die offene Ausrichtung zeigen, das andere soll mehr klar Bezug nehmen auf die Physiognomie. Die beiden Vereinsnamen wählte der Vorstand aus über 10 Namensvorschlägen aus.

Nun soll an der nächsten GV das Konzept des neuen Vereins und seine Neuausrichtung vorgestellt werden. Darüber muss die GV dann befinden, damit auch ein neuer Vereinsname und ein neues Logo gewählt werden können. Auch müssen dann in der Folge einige Punkte in den Statuten, insbesondere der Zweck-Artikel neu formuliert werden.

Leider befindet sich auch der Vorstand in der Situation «man kann nichts planen». Umso wichtiger ist es dem Vorstand, mit den Vereinsmitgliedern wieder in Kontakt und ins Gespräch zu kommen nach dieser Phase des stillen und kreativen Schaffens. Es war nicht möglich, seit dem Lockdown ab Januar irgendeine Veranstaltung (Vortrag, Diskussionsrunde) zu planen. So möchte der Vorstand im Herbst wieder starten - mit einem (so hoffen wir) attraktiven Programm. Wir möchten aber die Zeit bis dann nicht ungenutzt verstreichen lassen. Wir hoffen, dass es noch vor der Sommerpause möglich ist, sicher die GV durchzuführen, ev. auch einen Vortrag und ein Seminar als Tageskurs.

Da freuen wir uns auf das Wiedersehen, wenn Sie einen guten Weg durch diese nicht ganz einfache Zeit mit all den vielen widersprüchlichen Informationen und Einschränkungen finden konnten und diese Zeit unbeschadet und bei bester Gesundheit hinter sich lassen können.

Das **Vmk-SG-Info** ist ebenso ein erster Versuch, Sie in einer neuen Form über den Verein und seine Bemühungen zu informieren – verbunden mit der Hoffnung, dass sich Mitglieder, welche über Kapazität und Know How verfügen, sich verstärkt im neu ausgerichteten Verein engagieren werden. Das Konzept sieht dies vor – aber es lebt nur dann, wenn Vereinsmitglieder mitmachen.

Wenn wir wie geplant im Juni diese wichtige GV durchführen können, sind die Grundlagen für die Zukunft gelegt. Darüber möchten wir Sie in einem Vmk-SG-Info Nr. 2 informieren, sobald «in der Glaskugel sich etwas mehr Klarsicht zeigt». (siehe Infos zu den geplanten Veranstaltungen).

Für den Vorstand
Der Aktuar

Die vier Logovorschläge

Welches Logo gefällt Ihnen am besten? Welches würden Sie auswählen? Der Vorstand freut sich, wenn Sie ihm ein Feedback und Ihre Wahl mitteilen. Aus diesen Grundbildern und Namen werden mit den entsprechenden Abkürzungen nachher der Briefkopf etc. gestaltet.

Es müssen also zwei Fragen beantwortet werden. Welches Bild soll für den zukünftigen Verein stehen und welches soll sein Name sein. Feedback an kontakt@lebens-oase.ch oder brieflich an: Praxis Lebens-Oase, Furtbachweg 6, 9030 Abtwil

Vorschlag 1**Vorschlag 2****Vorschlag 3****Vorschlag 4**

Einige Gedanken zur Entstehung dieses Vmk-SG- Infos

Das Grundkonzept und die Gestaltung dieses Infos keineswegs neu, sondern wird als Konzept seit 2011 für den Newsletter von Jin Shin Jyutsu verwendet. Seit dem ersten Lockdown im Februar 2020 gibt es einen Newsletter Spezial (NL Sp) der zum Ziel hat, die Menschen in der Schweiz und den umliegenden Ländern zu begleiten, sie zu unterstützen in der Bewältigung dieser Zeit. Dazu gehören Strömanleitungen, die von jedermann dank guter Fotos auch ohne JSJ-Kenntnisse direkt anwendbar sind, aufmunternde Bilder, Geschichten und sachliche Themen. Während des

Positives in der Coronazeit

Soviele belastende Momente Menschen erleben und auch Leid zu tragen haben, soviele Lichtblicke und erhellende Augenblicke gibt es in dieser Zeit. Wenn man bis an den Beginn zurückdenkt, ist es z.B. die grosse Solidarität und Hilfsbereitschaft vieler Menschen. Junge Menschen organisieren Einkäufe für ältere Menschen. Ärzte und Pflegepersonal kämpfen in vielen Spitälern für unzählige Leben. Das Leben ist ruhiger – entschleunigter geworden. Es gäbe so viel Positives festzuhalten, das kaum einmal den Weg

ersten Lockdowns gab es jede Woche einen NL Sp seit der Aufhebung entsteht jeden Monat ein solcher NL Sp. Alle diese NL Sp kann man auf der Schweizer Homepage von Jin Shin Jyutsu www.jinshinjyutsu.ch oder auf der Homepage www.lebens-oase.ch unter Informationen Jin Shin Jyutsu Archiv lesen oder als pdf ausdrucken. Wer also gerne einmal JSJ ausprobieren und ein wenig praxisnah kennenlernen möchte, findet in diesen NL Sp einen riesigen Fundus Selbsthilfe-Anleitungen in Form eines Ström Tipps, die einladen, Erfahrungen zu sammeln.

Der NL Sp erhält man gratis, wenn man ihn an die persönliche Emailadresse bestellt (unter kontakt@lebens-oase.ch

in eine Zeitung oder sogar ins Fernsehen findet. Manchmal sind es aber auch besondere Ereignisse, die mit der Pandemie nichts zu tun haben – und trotzdem begeistern und faszinieren. Dazu gehören in den letzten Wochen unvergessliche Winterimpressionen oder aktuell auch die grandiose Leistung der Landung von Perseverance Rover Mars auf dem Mars mit den ersten unvergesslichen Eindrücken einer uns fremden Welt. Hier sollen uns einfach ein paar Bilder Freude bereiten und eigene Erinnerungen wecken.



Schneereichtum im Januar



Eisskulpturen am Bodensee



Schnee, Sonne und Saharastaub

Geplante Veranstaltungen

Sie werden je nach Situation mit Sars-Covid 2 durchgeführt. Wir werden Sie über die Durchführung im nächsten Vmk-SG-Info relativ kurzfristig informieren.

Die nächste GV

Ein mögliches Datum für die GV ist **Freitag, 11. Juni 2021**

Details und Unterlagen sind geplant im nächsten Vmk-SG-Info

Vortrag. Mittwoch, xx Mai 2021 19.30 Uhr Restaurant Hirschen, St. Gallen

Referent: Rudolf Schreiner, Psycho- und Patho-Physiognom, Radiästheset, Güttingen TG

Abwehrsystem des menschlichen Organismus

Bedrohen Viren und Bakterien das menschliche Leben?

Viren und Bakterien greifen niemals gesundes Gewebe an. Diese Tatsache wird bestätigt bei odischen Kleinkindern und Jugendlichen, aber auch bei erwachsenen Menschen, welche eine hohe odische und heliodisch Ausstrahlung besitzen.

Wenn wir einen Vergleich ziehen von Mensch zu Maschine, dann braucht die Maschine Strom (Energie), um zu funktionieren. Der Mensch braucht auch Energie, um zu leben. Er benötigt eine höhere Energie, welche wir **Lebensenergie** nennen. Was für den einen gut ist, passt nicht für alle und alles.

Ein einzelnes Organ zu heilen bringt nur einen Teilerfolg, denn unsere Organe sind in Symbiose zu anderen Organen.

Ein sehr wichtiger Betriebsstoff ist der Geist. Er wirkt sich in der Liebe, Freude, Glücksgefühlen und Gottvertrauen aus. Eine besondere Wortwahl kann Schwingungen erreichen, die heilsam wirken.

An diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihre eigenen Organe heilend unterstützen können.

Seminar als Tageskurs: Einführung ins Jin Shin Jyutsu: Samstag, 19. Juni 2021

Herbert Schrepfer, JSJ-Praktiker und SH-Lehrer

Hotel NewStar, Breifeldstrasse 9, 9015 St. Gallen oder Praxis Lebensoase, Abtwil

von 09.00 – ca. 17.00 Uhr

Ausgleich: Fr. 170.00 (Barzahlung vor Seminarbeginn)

Mitbringen: Decke, Kissen, Yogamatte sofern vorhanden

Hinweis: Das Seminar kann auch bei kleiner Teilnehmerzahl durchgeführt werden.

Auskunft und schriftliche Anmeldung bis 31. Mai 2021

an Maria Weber, Heimstrasse 7A, 9014 St. Gallen,

Tel. 071 278 44 50, Mail: jupsonwe@bluewin.ch

Die Anmeldung ist verbindlich.

Jin Shin Jyutsu ist eine uralte japanische Lebenskunst. **Wer JSJ ausübt, strömt, verbindet sich mit der in jedem Menschen innewohnenden, inneren Weisheit.** Sie sorgt dafür, dass unsere Lebensenergie bis in jede Zelle fließen kann und stellt uns das bestmögliche Gleichgewicht her.

In diesem Kurs bekommst du einen ersten fundierten Einblick in die Praxis. Es wird viel gearbeitet mit dir allein oder mit einem vertrauten Teilnehmer.

Das Seminar richtet sich an interessierte Teilnehmer, die Jin Shin Jyutsu etwas näher kennenlernen möchten. Mit den Unterlagen kannst du die vorgestellten Übungen zuhause selbständig weiter pflegen.

Die grosse Umarmung – die 36 bewussten Atemzüge

Der Atem wird in verschiedenen Weisheitslehren als „der letztendliche Heiler“ genannt. Der Atem – wenn er mühelos geschieht, ist die Essenz unseres Seins, auch die universelle Lebensenergie. Mary Burmeister sagt: *„Es gibt immer eine Möglichkeit, es ist nie zu spät. Solange wir atmen, können wir etwas verändern.“*

Mit der Ausatmung strömen alle belastenden Spannungen aus dem Körper. Die Einatmung bringt neue Energie und Lebensfreude für Körper, Seele und Geist.

Ausatmen – Einatmen – das Geheimnis unseres Wohlbefindens liegt im Atem.

Denken Sie für sich:

“Dort, wo meine Aufmerksamkeit liegt, ist auch meine Kraft. Ich richte meine Aufmerksamkeit auf den Atem, und meine Kraft ist im Jetzt, denn das Atmen geschieht immer in diesem Augenblick.“

Wichtig ist, dass wirklich bewusst ausgeatmet wird, und wenn es möglich ist 36mal!



Möge die Grosse Umarmung euch allen viel innere Ruhe, Gelassenheit und Freude schenken.

Wir wünschen allen, die mitmachen, Gesundheit und Frieden.

Idee und Auftrag für Vmk-Sg-Info Nr. 1 Vorstand des vmk-sg
Initiative und Begleitung Vorstand des vmk-sg

Inhalt, Gestaltung Herbert Schrepfer

Fotos Herbert Schrepfer, Petra Gellhaus Schrepfer

Redaktion, Layout Herbert Schrepfer

Versand Maria Weber

Ein Vmk-SG-Info Nr. 2 erscheint voraussichtlich im Mai 2021 mit der Einladung und den Unterlagen zur GV