



Jin Shin Jyutsu Schweiz

Newsletter



Licht und Wasser

13. Ausgabe 2/2016

Juni 2016

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

Im Jahr 2016 haben wir schon bald Halbzeit. Das ist eine gute Gelegenheit zurück zu schauen, was bisher geschehen ist. Wie verliefen die ersten Monate? Haben sich unsere Erwartungen bis jetzt erfüllt? Viele Menschen empfinden die Zeit als sehr dicht, intensiv, eine enge Folge von Ereignissen, Terminen. Alles scheint sich enorm zu verdichten. Vielleicht hat dies etwas zu tun mit einer erhöhten Schwingung von Mutter Erde. Man kann auch einmal von den Zahlen her schauen, was 2016 für Qualitäten offen legt.

Die 2 erzählt von Dualität, Gegensätzen, auch von Handlungsfähigkeit, in die Handlung kommen.

Die 1 spricht von Ursprung, Quelle. Sie unterstützt jeden Neubeginn und löst, was feststeckt.

Die 6 ist die Zahl der Basis. Die 6 erzählt von Licht, Liebe, Harmonie.

Die Quersumme ist 9 – die Schöpferzahl steht für Wandel, Anfang und Ende. Dies deutet auf ein für viele Menschen und Länder besonderes Jahr hin. 2-0-1-6 ist eine Folge von Tönen, eine Melodie, jeder Ton mit der ihm eigenen Schwingung. Schwingungen sind Energien, die auf der feinstofflichen Ebene bis in jede Zelle hinein wirksam sind – sie beeinflussen, ob wir dies wollen oder nicht, direkt unser Wohlbefinden. Teilen wir die Zahl auf, entsteht 20 und 16. Bei 20 verstärkt die 0 die Bedeutung der 2. Dies könnte bedeuten, dass sich 2016 vorhandene Gegensätze verstärken, bis zur Unüberbrückbarkeit. Dies öffnet den Weg zu neuem Handeln – zwingt zum Handeln. 16 sagt, dass jetzt die Zeit kommt für einen Neuanfang, dass alte verhärtete oder überholte Strukturen nun aufgebrochen werden können, aber auch, dass wir uns auf die Kräfte des Ursprungs zurückbesinnen und verlassen können. Dies geschieht alles vermehrt in Liebe Harmonie, Toleranz und Wohlwollen, indem die 6 uns zur Kraft der Basis zurückbringt. Die 9 als Kraft des Schöpfers zeigt, dass Inspiration und Kreativität auch für scheinbar unüberwindbare Gegensätze Konsenslösungen gefunden werden können. 2016 ist ein Jahr der Hoffnung, dass überall dort etwas auf harmonischere Weise in Bewegung kommt, wo bisher keine Wandlung möglich schien. (Hoffen wir, dass dies auf die Syrienkrise zutrifft, aber auch für all die vielen Flüchtlinge, für die sich nichts zu bewegen scheint). Die Zahlschwingungen sind aber auch direkte Botschaften für uns selber. Ihre Energien sind einfach da. Wir können sie verstehen lernen. Dann können wir sie direkt in uns und in unseren Lebensraum, in dem wir uns bewegen, integrieren und nutzen. Diese Zahlschwingungen stehen uns dann einfach als zusätzliche Energiequelle zur Verfügung. Schauen wir mit offenen Augen und offenem Geist in die Welt. Überall finden wir Beispiele, wie diese Schwingungen wirksam sind. Dies gilt auch für die weltweite Jin Shin Jyutsu Familie, wo sich derzeit Veränderungen anbahnen. Die Melodie von 2-0-1-6 und 9 ist aber eine schöne Melodie. Sie weckt Hoffnung – überwindet verhärtete Strukturen – setzt auf Wandel in Liebe und Harmonie – Schöpferkraft öffnet uns Wege zu neuen Ufern. Es liegt einzig an uns, ob wir dies positiv oder negativ wahrnehmen und interpretieren.

Herbert Schrepfer
JSJ-Praktiker, Abtwil

Berichte

Die Tiefen im Jin Shin Jyutsu

Vom 29. April bis 1. Mai fand in Balzers der letzte Kurs mit Anita Willoughby zu den Tiefen statt. Für alle Teilnehmer/-innen, bedeutete dies das letzte Wegstück auf einer sehr spannenden Wanderung durch alle Tiefen. Dies ist nun der Augenblick zum Zurückschauen auf diese eindruckliche Vorlesungsreihe. Sie begann 2012 in Schoppernau mit dem ersten Themenkurs: Erster Teil:

Die 7.Tiefe: Das Licht, das zum Körper wird



Anita setzt in diesem Kurs erste klare Schwerpunkte: Ausgehend von den Begriffen Physiophilosophie – Natur – mühelose Wirklichkeit bringt sie uns zum Nachdenken, warum wir hier auf der Erde sind. Ein zweiter Schwerpunkt ist ein Überblick über alle die Tiefen, ein dritter das Licht, wie es sich durch die Tiefen bewegt und dabei dem 7zackigen Stern folgt. Als Organ stehen das Herz und die Herzfunktionsenergie im Zentrum.

Warum sind wir auf die Erde gekommen? Dazu einige Stichworte und Gedanken:

- Um Liebe zur Natur und den natürlichen Gesetzen zu leben
- Um verschiedene Muster zu leben, die uns Zugang aus verschiedenen Richtungen zum Licht der 7.Tiefe ermöglichen
- Um unser Herz zu entwickeln – und nicht in erster Linie den Verstand, weil unser Herz direkt mit dem Licht verbunden ist.
- Weil Liebe die absolut grösste Kraft im Universum ist, da sie direkt mit dem Licht verknüpft ist.
- Um verstehen zu lernen, wer wir sind.

Jin Shin Jyutsu ist dazu ein Weg – die Kunst der Langlebigkeit – des Wohlwollens – des Glücklichseins – des „to know myself and to help me“

Unsere Knochen sind verfestigte Lichtenergie, der Lichtstrahl wird zu unserer Wirbelsäule und damit zur Verbindung zwischen Kopf und Becken. Die HeFE hat 4 Ausgänge: ins Gehirn (wie wir sehen), in die Brust – zur Lunge hin und zum physischen Wesen. Damit verbindet Kopf – Herz und Körper.

Anita charakterisiert mit treffenden Stichworten ganz kurz jede Tiefe:

- 9.T. → Ort des Potentials – der energetische Same
- 8.T. → Klang und Bewegung – die Fähigkeit zu wachsen
- 7.T. → mit dem Licht beginnt sich alles zu bewegen
- 6.T. → Lichtenergie wird reflektiert – sie ermöglicht Wachstum
- 5.T. → Feuerenergie – genau so viel, dass der Same nicht verbrennt
- 4.T. → Energie des Wassers, damit der Same gedeihen kann
- 3.T. → Sie fügt den Seelenaspekt hinzu.
- 2.T. → Mit dem Atem kommt der Aspekt des Geistes hinzu
- 1.T. → Der physische Same kann in die Erde gepflanzt werden

Dem Licht helfen → mit dem HZS und dem 5-8er Strom – sie verbinden alle Aspekte der Tiefen.

Das Licht kommt vom Herzen in die Hände – sie strahlen besonders viel Licht aus.

Unsere Hände sind das Werkzeug der Liebe – sie tragen sie nach aussen. Das Herz nährt sich zuerst selber (Liebe dich selber, damit du andere lieben kannst) und ist der Ort des individuellen Feuers. Anita sieht den Mangel an Selbstliebe als eine Ursache für viele Probleme in der heutigen Welt.

Wie sich das Licht durch die Tiefen bewegt, ist eng verbunden mit den 7 Halswirbeln.

Spannend war, wie Anita die Geburtskinder eines jeden Wochentages charakterisierte. Ich denke, dass sich alle Kursteilnehmer sehr treffend an ihrem Geburts-Tag charakterisiert, finden konnten – es war eine kurze, treffende, sehr lebendige kleine Charakterkunde mit den 7 Typen vom Sonntagkind bis zum Samstagkind.

Der zweite Themenkurs über die 6.Tiefe folgte im Herbst 2012 in Balzers.

Die 6.Tiefe: Wie der Körper das Licht für das Wachstum verwendet



Ein Prinzip des Lebens ist, dem Licht entgegen zu wachsen. Die 6.Tiefe repräsentiert Licht und Dunkelheit. Licht wird sichtbar, wenn ein Objekt ins Licht tritt und dieses unterbrochen wird. So spiegelt der Mond das Sonnenlicht und reflektiert es als sanfte Lichtenergie auf die Erde. Der Mond ist mit seiner Energie der zentrale Himmelskörper der 6.Tiefe. Er ist mystisch, geheimnisvoll, magisch, eine weibliche Energie, eine fließende Energie. Die Kraft der Mondenergie wirkt zusammen mit dem Wasser. Sie zieht auch das fließende Wasser in unserem Körper an und beeinflusst direkt unser Leben. In die 6. Tiefe ist das Geheimnis von

Geburt – Leben und Tod eingebettet. Dabei ist der Tod ein fließender Übergang – die Geburt aber ein Mysterium, ein Wunder. Das Baby kommt aus dem Licht durch die Dunkelheit des Geburtskanals in die lichtvolle Welt. Es ist ein Geschenk der 6.Tiefe, dass wir im Leben mit allen Sinnen uns und all das Schöne in der Welt sinnlich wahrnehmen dürfen. Es ist wie ein Vertrag mit der Seele, im Leben wahrzunehmen und zu genießen. Die Venusenergie wandelt Licht in Atem und öffnet uns für die Schönheit, die Musik, die Kunst. Wir wissen aber nicht genau, wo wir herkommen und wohin wir gehen. Anita gibt uns einen Satz zum Nachdenken: „Wir sterben so, wie wir leben“. Im Tod zeigt die 6.Tiefe ihre grosse Dualität. Die Seele kehrt ins Licht zurück, unser Körper wird zu Staub. Jeden Tag findet am Ende der Übergang vom Licht ins Dunkel statt. Der Schlaf ist etwas genau so Geheimnisvolles, Mystisches. Wir müssen loslassen – alle Eindrücke, die wir am hellen Tag erlebt und gesammelt haben. Hinter diesem Loslassen verbirgt sich eine Urangst. Mit dem Tod müssen wir alles loslassen – den Atem, unsern Körper, unsere Gedanken. Die 6.Tiefe ist für uns immer auch ein Spiegel. Wieviel Licht strahlen wir aus? Wieviel Raum nehmen wir ein. Es ist die Aufgabe jeder Mutter, dafür zu sorgen dass ihr Kind Raum hat zum Strahlen. Dies ist ein Ausdruck der ausgleichenden Mondenergie.

Anita erklärt uns anhand der 3 Sterne wie sich Licht durch den Raum bewegt und macht zu den Tiefen energetische Zuordnungen.

Die 7.Tiefe ist universelles Licht – elektrische Energie – Patriarchat – die Sonne und das grosse Feuer, die alles verbrennen können - der universelle Geist

Die 6.Tiefe ist individuelles Seelenlicht – Mondenergie – magnetische Energie – Matriarchat – der Mond, der alles Fließende beeinflusst, ermöglicht Wachstum

Die 5.Tiefe ist das individuelle Feuer des Herzens – Leidenschaft und Begeisterung - die Energie der Erde - Mensch und Kind gleichzeitig. Feuer transformiert Materie.

Bewegung des Lichtes im 7zackigen Stern erschafft den 7 Tage Rhythmus.

Die Bewegung im 6zackigen Stern bringt den Rhythmus der Jahreszeiten und des Wachstums hervor. Die Mondenergie erschafft den Rhythmus von Geburt – Leben → Wachsen – Vergehen.

Die Bewegung im 5 zackigen Stern erschafft die den Rhythmus der Stunden, die 12 Monate des Jahres und auf der körperlich materiellen Ebene die 12 Brustwirbel.

Damit wir das Licht in uns halten können, arbeitet die 6.Tiefe eng mit der 1.Tiefe, mit der Saturnenergie zusammen. Aber alle Tiefen haben ihren Bezug zur 6.Tiefe. Dazu nur jeweils ein Stichwort:

- Das Feuer der 5.T. reinigt – (Rituale mit Kerzen und Weihrauch),
- Das Wasser der 4.Tiefe bringt Veränderung (steter Tropfen höhlt den Stein)
- Die 3.T. bringt die Sehnsucht, alles zusammenzubringen, um zu wachsen
- Die Energie der 1. Tiefe ist gummiartig, klebrig und hält alles zusammen.
- Die 2.Tiefe schenkt uns den Atem und mit ihm die Schönheit des ganzen Lebens.
- Die 6.Tiefe ist jener Raum, wo im Einklang mit den Gesetzen der Natur und den Elementen Feuer, Wasser, Luft und Erde mit Hilfe der verschiedenen Energien aus Licht Leben geschaffen wird.

Herbert Schrepfer
JSJ-Praktiker, Abtwil

5 Tageskurs mit Carlyse Smyth in Dietikon vom 17. – 21. Februar 2016

Der Entscheid zur Teilnahme an diesem Kurs fiel bei mir allein auf Grund der Fotografie von Carlyse und den wenigen Angaben zu ihrem Leben. Sie zeigten sehr viel Lebenserfahrung auf, Carlyse kennt die Welt aufgrund vieler Reisen und Orten, wo sie gelebt hat, ihrer Arbeit in verschiedenen Industriebetrieben. Mein Gespür sagte mir, das dies ein ganz besonderer 5 Tageskurs würde. Und mein Gespür gab mir recht. Inhalte und Aufbau der 5 Tageskurse sind ja immer etwa gleich. Wenn ich nun auf diesen Kurs zurückblicke, war es für mich der schönste JSJ 5 Tageskurs. Dafür gibt es verschiedene Punkte:

Der Kursraum Im Kirchgemeindezentrum in Dietikon war ideal für diesen Kurs und hatte eine sehr gute Schwingung. Die Grösse des Kurses war ideal, schon beinahe familiär. Benno und Marietta waren ein umsichtiges Betreuersteam. Brigitte Purner erlebten wir alle als sehr kompetente



Dolmetscherin. Carlyse fesselte uns von Beginn weg mit ihrem feinen Humor, ihrer Sprache und den Bildern, ihren einfachen, aber glasklaren Erklärungen, und ihren Denkanstössen. Und immer wieder forderte sie uns auf, tief zu atmen und die Schultern fallen zu lassen. Immer wieder lenkte sie den Fokus auf die Atmung – ihr zentrales Anliegen an uns: Atmen und Loslassen! Statt Körperlesen gab sie uns in der Runde um die Liege viele ausgezeichnete Tipps rund um das Strömen, um die Person auf der Liege und für die Strömenden. Auch dazu ein Punkt, den Carlyse uns sehr ans Herz legt: Strömen sollte immer mit einer entspannten Haltung verbunden sein – nur dann können Energien auch wirklich frei fließen. Dass dies auch bei routinierten Praktikerinnen und Praktikern nicht immer der Fall ist, kann man in verschiedenen Kursen gut beobachten. Immer entspannt bleiben ist manchmal gar nicht so einfach. Ein Beispiel dafür ist der 20-21-22er Kombinationsstrom, wo SES 4 am Kopf und SES 5 am Fuss gleichzeitig gehalten werden. Wie dieser Schritt vor allem bei grossen Personen bequem und entspannt geströmt werden kann – da gibt es verschiedene Lösungen. Carlyse ermuntert uns, viel mehr auch die einem SES zugeordneten Finger einzusetzen, um ganz entspannt zu strömen. Dass jedem SES ein Finger zugeordnet ist wusste ich schon, aber die Zuordnung hatte ich nicht im Kopf. Das theoretische Wissen ist schon da, aber für die praktische Anwendung dann eben nicht verfügbar. Zu SES 4 gehört der Ringfinger. Aber vielleicht geht es noch ändern auch wie mir, und da könnte eine gute Tabelle in der Praxis weiterhelfen. Für Carlyse war es der erste Kurs in der Schweiz und ich durfte ihr für den Newsletter einige Fragen stellen. Danke für dieses Geschenk und ihre Antworten! Ein herzlicher Dank geht wieder an Brigitte: sie übersetzte die in englischem Wortlaut gegebenen Antworten von Carlyse.



Fragen an Carlyse Smyth für den Schweizer Newsletter

Wie hast du JSJ entdeckt, wie ist JSJ in dein Leben gekommen?

Es gibt eine kurze und eine lange Antwort. Die kurze Antwort ist, dass mein Bruder mir JSJ vorgestellt hat. Die lange Antwort ist, dass sich unsere Familie im Haus meines Vaters getroffen

hat und mein Bruder sagte, dass er gerade etwas Neues lernt. Er fragte, ob er es mit mir praktizieren könnte. Später fand ich heraus, dass er einige JSJ SH-Kurse und einen 5-Tagekurs mit Mary gehört hatte. Mein Vater hat uns immer ermutigt, voneinander und miteinander zu lernen, sodass diese Bitte etwas ganz Normales in meiner Familie war. Ich habe einfach zu meinem Bruder gesagt. Ja, wo gehen wir hin? Wir fanden einen ruhigen Raum. Ich legte mich auf den Boden und mein Bruder kniete seitlich neben mir und plazierte seine Hände auf mir. Nach einer Weile fragte er, ob ich etwas spürte. Ich sagte, dass ich mich etwas entspannt fühle. Ich weiß nicht, wie lange es gedauert hatte. Es gab keinen Trommelwirbel, um die bevorstehende Veränderung anzukündigen, keine zusammengesetzten Tschinellen, um den Moment zu markieren. In einem Augenblick war ich wie ich immer war, im nächsten empfang ich den ersten klaren Atemzug meines Lebens. Viele Jahre später würde ich verstehen, dass ich mein Leben mit undiagnostiziertem Asthma gelebt hatte. Ich dachte, dass jeder durch eine Wand aus Wasser atmet, die wir Lungen nennen. Bis dahin kannte ich bezüglich des Atmens nichts anderes. So wurde JSJ für mich wörtlich zum Lebensatem.

Seit wann machst du JSJ? Wie sieht dein JSJ Weg aus?

Ich habe JSJ 1980 kennengelernt. Seit damals gehört es zu meinem täglichen Leben.

Du kennst die Welt – hast an verschiedenen Orten gelebt.

Hat Japan/Tokio dein JSJ Leben inspiriert?

In verschiedenen Ländern zu leben, andere Kulturen zu erfahren kann uns zutiefst umgestalten. Das war ganz sicher eine Erfahrung für mich. Vier Jahre in Japan zu leben war wirklich eine einmalige Gelegenheit. Und wie bei vielen in Japan lebenden westlichen Ausländern empfand ich es als große Herausforderung. Jeden Tag bist du gezwungen, die vielen kulturellen Annahmen, die wir machen, genau anzuschauen. Das waren keine Kleinigkeiten für mein Selbst. Oftmals verbunden mit emotionalem Schmerz und Verwirrung. Die Einfachheit der JSJ Selbsthilfe war es, die mir bei diesen schmerzlichen Zuständen geholfen hat. In Tokio zu leben hat mir zu einer tieferen Wertschätzung der JSJ Selbsthilfe verholfen.

Heute lebst du in London. Wie sieht dein JSJ Tag aus? Hast du eine Praxis oder ist das Unterrichten ein Vollzeitjob für dich?

Als ich Lehrerin wurde, habe ich sehr klar darum gebeten, mir einen Ausgleich zwischen den verschiedenen Ausdrucksformen des JSJ zu ermöglichen: meiner eigenen Selbsthilfe, der Praxis mit Klienten, den monatlichen Studientagen mit der Gruppe, den SH Kursen, dem Unterrichten und meinem eigenen Studium der Kunst. Das Universum hat wohlwollend dieses Gleichgewicht ermöglicht. Es gibt also den „typischen“ JSJ Tag nicht.

Was ist das Wichtigste, das dir JSJ gegeben hat?

Atem.

Was ist deine Hauptbotschaft?

Atem.

Was möchtest du den JSJ Schülern als Hauptbotschaft übermitteln?

Nach Innen hören und der Weisheit, die du dort findest, vertrauen.

Hast du einen Lieblingsstrom oder ein Lieblings-SES?

Am liebsten gebe ich den Vermittlerstrom und den SES 10 Strom bekomme ich am liebsten.

Hast du Familie/Kinder? Praktizierst du JSJ in der Familie?

Ich habe keine Kinder. Meine Großfamilie lebt in den USA und England.

Zusätzlich zu meinem Bruder (der immer noch Vollzeit JSJ Praktiker in Arizona ist), haben meine Schwägerin, eine meiner Schwestern und deren Tochter bereits JSJ Kurse besucht. Wenn sich unsere Familie trifft, schauen wir immer, dass es eine Behandlungsliege gibt. Und dann fragt jeder: „Wann kann ich eine Sitzung haben?“. Wir sind alle ziemlich beschäftigt mit Besuchszeit, Freizeit und JSJ Zeit. Was für ein SPASS. Für alle Generationen ist JSJ etwas Natürliches, wenn wir uns treffen.

Was ist deine beeindruckendste JSJ Erfahrung? Was sagt sie dir?

Meine wichtigste Erfahrung war das Kennenlernen von JSJ, worüber ich anfangs gesprochen habe. Bis heute ist es diese Erfahrung, die alle Aspekte meiner Kommunikation mit anderen zum Thema JSJ beeinflusst. Ich werde nie vergessen, dass mein Bruder damals ein kompletter Neuling war. Er kannte weder Strömungsverläufe noch die Bedeutung aller SES oder Beziehungen der Tiefen. Was er allerdings vollkommen verstanden und akzeptiert hatte, war: lass die Schultern fallen. Mache nichts. Weil er vollkommen seiner inneren Weisheit vertraute, hat sich mein Leben für immer verändert.

Fragen: Herbert Schrepfer
Antworten: Carlyse Smyth
Übersetzung: Brigitte Purner



Forum

Kurs „Ich gestalte meine eigene Website“

Liebe Jin Shin Jyutsu-PraktikerInnen

Bei einem Vortrag des Verein Weiterbildung hier in Küsnacht am Rigi habe ich Simone Ulrich kennen gelernt. Sie ist Medienpädagogin und war Referentin des Vortrags zum Thema „was Smartphones mit den Jugendlichen und Jugendliche mit den Smartphones machen“. Gleichzeitig gibt sie in Küsnacht Kurse zum erstellen der eigenen Website. Das hat mich auf die Idee gebracht einen Kurs exklusiv für Euch zu entwerfen. Ziel ist es, dass Ihr den Anlauf nehmt, und das Projekt anfangt, wisst, wie es geht und dass es heute kein Vermögen mehr braucht, um online präsent zu sein. Im Grundsatz kann jeder selber seine Website gestalten, auch wenn er kein Computer-Freak ist.

Anleitung gibt es während 3 Stunden hier in Küsnacht am Rigi. Frau Ulrich kann sich den Termin sowohl unter der Woche als auch am Wochenende vorstellen. Daher haben wir uns entschieden keinen fixen Termin auszuschreiben. Wir stellen uns Anfang September vor. Interessierte melden sich bei mir und dann suchen wir einen Termin. Da Frau Ulrich gerne in Kleingruppen arbeitet, und damit ab 3 Teilnehmern den Kurs durchführt, sind wir da sehr flexibel, auch wenn jemand schon im Juni starten möchte. Exklusiv für uns bietet sie das Seminar für pauschale 100.- pro Person an.

Also: Die Website ist die Visitenkarte im Internet. Sie muss nicht umwerfend sein, aber vorhanden. Lasst uns der Schweiz zeigen, dass es uns gibt!

Anja Moeckli
JSJ-Praktikerin, Küsnacht am Rigi



JIN SHIN JYUTSU®



Schweizer Praktikertreffen

20. August 2016 in Zürich



Liebe Praktiker/innen und zukünftige Praktiker/innen

Herzlich laden wir Euch zum diesjährigen Praktikertreffen ein.

Es erwartet Euch folgendes spannende Programm:

- Themen rund um den Jin Jyutsu Praktiker: Anforderungen, Verantwortung, Haltung und Ethik
- Jin Shin Jyutsu Kursangebot Schweiz: Wünsche betreffend Themenkurse, Kursorte und Instruktoren
- Zeit für Meditation, Selbsthilfe und Strömen

Anmeldung bis: 10. August 2016

Wo: Quartiertreff Hirslanden, Forchstrasse 248, 8032 Zürich

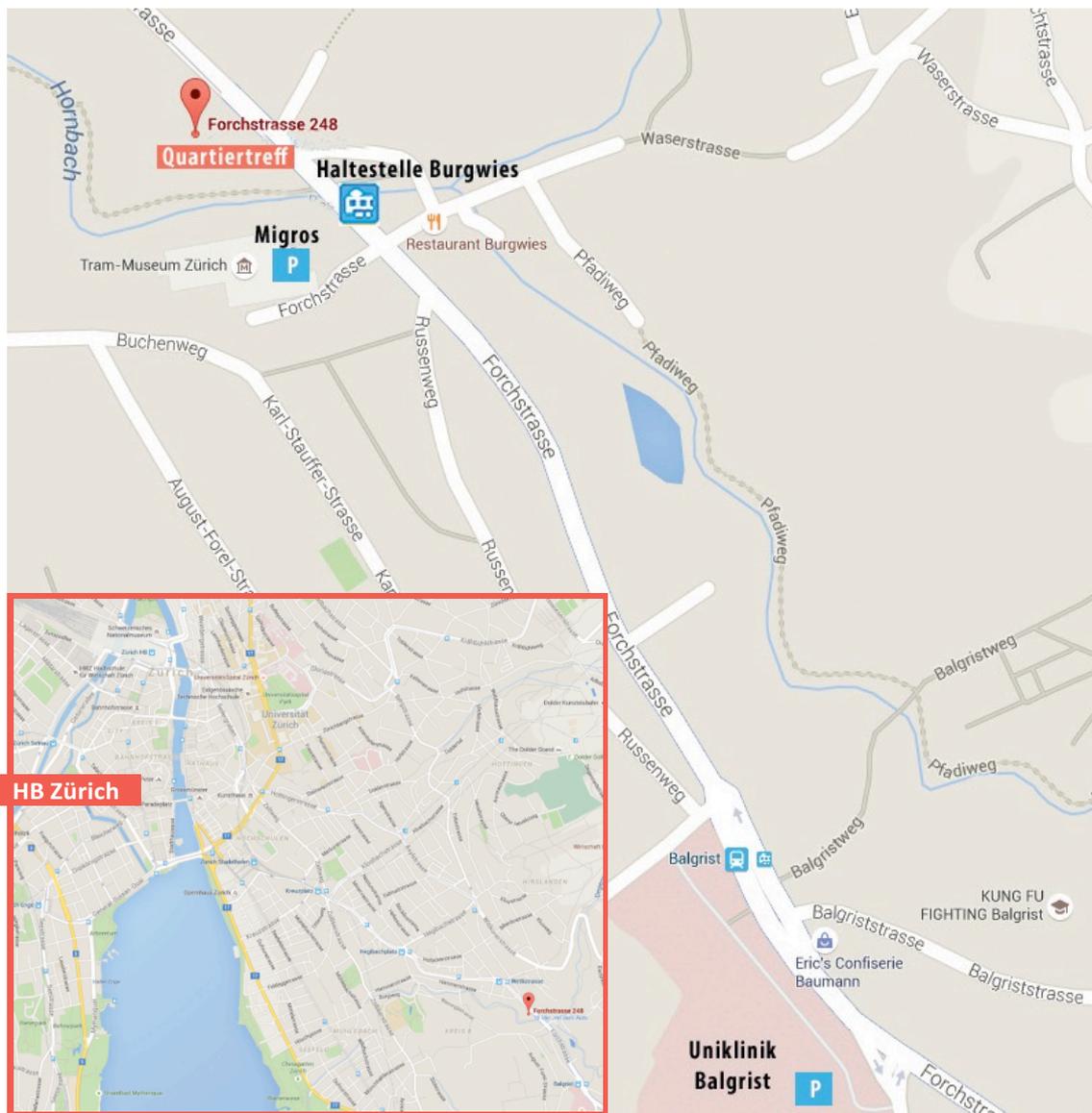
Wann: 9.30-17.00 Uhr

Mittagessen: Im Restaurant in der näheren Umgebung
(Unverträglichkeiten oder Vegetarier bitte bei der Anmeldung mitteilen)

Saalmiete: je nach Anzahl Teilnehmer zwischen Fr. 15–20

Anmeldung/Infos: Sabine Haenni, sabine@haenni.ch, Mobile 079 350 45 23

Es grüssen Euch herzlich: Sabine Haenni, Jacqueline Kolar, Jesus San Jaime und Benno Peter



Anfahrt und Lage:

Mit dem Zug und Tram: Vom HB Zürich mit Tram Nummer 11, ab Haltestelle Bahnhofplatz oder Bahnhofstrasse, Richtung Rehalp, Station Burgwies aussteigen, gleich rechts neben der Haltestelle ist der Quartiertreff Hirslanden, Fahrtzeit ca. 17 Minuten.

Mit dem Auto:

Achtung es hat keine Parkplätze vor dem Quartiertreff!

Parkplätze im Quartier in der blauen Zone, Tageskarten können über folgenden Link bestellt werden:

[https://e-gov.stadt-](https://e-gov.stadt-zuerich.ch/egpakv/uctagesbewilligung/nutzungsbedingungen.xhtml?handwerker=false)

[zuerich.ch/egpakv/uctagesbewilligung/nutzungsbedingungen.xhtml?handwerker=false](https://e-gov.stadt-zuerich.ch/egpakv/uctagesbewilligung/nutzungsbedingungen.xhtml?handwerker=false)

Wer Hilfe braucht, darf sich gerne bei mir melden. Tageskarte kostet Fr. 15.–

Weitere Parkmöglichkeiten: Migros Burgwies neben Quartiertreff, kostet ca. Fr. 23.–

Uniklinik Balgrist, eine Tramstation entfernt, kostet ca. Fr. 25.–

Wir empfehlen Euch, mit den öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen!

Strömerfahrung

Blasenstrom bei Hunden

Ravel hatte eine Blasenentzündung. Wir zeigten seinem Herrchen Alexander, wie er diesen anhand von Fotos beim seinem Hund strömen könnte. Ausser dem wiesen wir darauf hin, dass der Blasenstrom auch ihm gut tun würde. Er strömte den Blasenstrom oder den Pfotenstrom. Nach der ersten Nacht

schrub der Hundehalter, er selbst habe seit langem wieder einmal mehrere Stunden am Stück geschlafen. Etwa zwei Wochen danach, telefonierten wir mit Alexander. Er machte einen ruhigen und zufriedenen Eindruck, wie schon ganz lange nicht mehr. Fazit: Ströme ich Mensch oder Tiere, tu ich auch mir etwas Gutes!



Esther und Brigitte Rimle,
2 Strömerinnen aus St.Gallen



Rössle-Spiel-Gruppe

Ich leite seit zirka 5 Jahren eine Rössle-Spiel-Gruppe, in der ich Kinder von 3 bis 12 Jahren betreue. Wichtig ist mir beim Unterrichten, dass die Kinder schon sehr früh lernen auf die Tiere zu achten und diese einfühlsam behandeln. Zu unserem Lernen gehört auch das JIN SHIN JYUTSU. Bei den 3 Jahre alten Kindern praktizieren wir dies ganz einfach beim Bürsten des Ponys. Die Kinder suchen sich selbstständig eine Stelle aus, auf den sie ihre kleine Hand legen und mit der andern bürsten sie das Tier. Ich staune immer wieder, wie die Kinder intuitiv Punkte finden, die entspannend sind für ihre "Freunde". Bei



den älteren Kindern versuchen wir dem Pony etwas Gutes zu tun, indem wir es als Dankeschön fürs Reiten strömen. Auch hier suchen sich die Kinder allein eine Zone aus und es ist schön zu sehen, wie sich das Tier unter den vier Paar Händen entspannt! Bei diesen Kindern kommt aber dann ein grosses Interesse hinzu. Sie fragen auch oft nach der Wirkung. Hierauf suchen wir das Gleiche SES bei uns selbst und fragen uns, was wir spüren. Es macht Spass, so im Kleinen mit den Kindern JIN SHIN JYUTSU zu praktizieren!

Wiborada Wolfinger
JSJ-Praktikerin, Balzers FL



Strömorte

Jin Shin Jyutsu an einem Ort mit Quelle



Seit vier Jahren bin ich die Gastgeberin in Eleni's Bed & Breakfast und mehr...

Mehr heisst: Essen-Trinken-Sein. Ankommen an der Quelle - Zugang finden zur Quelle in der wildromantischen Taminaschlucht und bei sich selbst. Zum grossen Haushalt für meine Gäste gehören Frühstück, Beratung für die Tagesgestaltung, Zimmer reinigen, Wein-Wanderungen durch Geschichte und Landschaft der Bündner Herrschaft und am Walensee. Ich nähe Duvets aus Alpacawolle auf Bestellung und koche Abendessen auf Reservation. Jin Shin Jyutsu Sitzungen biete ich an für meine Gäste hier in Bad

Ragaz, einem Ort mit Quelle.

Meine eigene Quelle finde ich in reduzierten stillen Momenten und in den zeitlosen Tagen im Weinberg, in der monotonen und doch so lebendigen Arbeit am Weinstock in schönsten Lagen über dem Walensee.

Auch die Jin Shin Jyutsu Sitzungen mit Gästen bringen mich dem Leben näher und bereichern mich mit einer Essenz, welche nichts mit den Biographien oder den Projekten meiner Kunden zu tun hat, sondern einfach am „Puls des Lebens“ fliesst.

Mir kommen einige Bilder zum Thema Quelle, Wasseradern oder Lebensadern:

Das Wasser der Tamina sickert vom Tödi 1800 tief ins Erdreich und findet seinen Weg durch viele Schichten während 10 Jahren in die Pfäferser Heil-Quelle in der Taminaschlucht.

Die Quelle gehört zu den Akrothermen, was auf Altgriechisch rein heisst. Akrotherme darf sich nennen, was höchstens 1g Substanzen pro Liter enthält, die Heilquelle in der Taminaschlucht birgt nur 0,4g pro Liter und hat mit ihrer Reinheit und der konstanten Wärme von 36,5° auch Paracelsus, Arzt und Alchemist inspirierte.

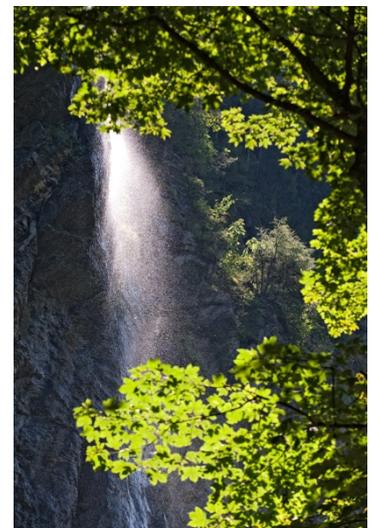
Nach dem Austreten aus seiner Quelle nimmt das Wasser seinen Lauf in die Tamina, das gleiche Wasser wird danach Rhein genannt und fliesst ins Meer....

So sind auch unsere Strömungsverläufe auf vielen Ebenen zu finden.

Energien fliessen

auf verschiedenen Ebenen in vielen Bahnen in und um uns, sie sind vernetzt, finden sich und verästeln sich in der Erde unter der Erde und in der Sphäre.

Wasser tritt in die Erde ein und sucht sich durch verschiedene Ebenen in und auf der Erde seine Bahn bis es gesammelt wieder an die Oberfläche tritt.



Wie Aussen so Innen. Die Welt als lebendiges Wesen, unser lebendiges Wesen als Welt. Die befruchtende Energie im Regen fällt und sammelt sich im Element Wasser, greifbar und auf eigenen Wegen. Die lebendige Hauptzentrale stelle ich mir zum Beispiel als fruchtbaren Regen vor, der alle Schichten durchdringt. Das Wasser sammelt sich während vielen Jahren auf verschiedenen Ebenen unter und über der Erde und tritt mit Kraft und gebündelt in den strukturierten Betreuer Energien aus der Quelle und fliesst in seinem Flussbett. Durch die Vermittler Energie findet der Austausch zwischen den Elementen statt. Als fliessendes Wasser in den einem Bach angebotenen Mäandern und Rhythmus wird der Schlamm und die angesammelten Schlacken (Holz, Laub, Grünzeug, usw.) die Uferfauna befruchten. Ein überschwemmender Fluss kann nicht vermitteln, ein stagnierender kanalisierter Fluss auch nicht. Der Rhythmus, das hin und her im Vermittler bringt Leben. Die Struktur, das gesammelte Wasser im Fluss bringt Kraft. Der vernetzende Weg vom Himmel durch die tiefen Stein- und Erdfilter bringen klare und reine Energie in unser System und in unsere Welt.

Eleni Meyer,
JSJ-Praktikerin, Bad Ragaz



Juli / August - Strömen auf einer Alp im Süd – Tessin

Als alternative Erholung und Regeneration biete ich individuelle Jin Shin Jyutsu Sitzungen auf der **Alp Roncaia**, im Valle di Muggio an. Bei schönem Wetter strömen wir draussen unter freiem Himmel. Die Ruhe und die gute Luft helfen Stress und Lasten loszulassen.

Inbegriffen: 3 Mittagessen, 2 Nachtessen, 2 Frühstück, alkoholfreie Getränke, 2 Übernachtungen, Zwischenverpflegungen, 4 Anwendungen Jin Shin Jyutsu individuell oder in der Gruppe.

Termine im Juli und August auf Anfrage.

Kosten: Fr. 300.– mit eigenem Schlafsack Fr. 280.–

Infos und Anmeldung: info@jsj-ticino.ch oder 079 615 75 14 Agnes Livi



«Hands On» – Ein JSJ-Projekt setzt Zeichen

Das Projekt steht im zeitlichen Kontext des internationalen Tages des Jin Shin Jyutsu und nimmt den Geist des «Tages der Nachbarn» in St. Gallen auf.



«Unser Zusammenleben bereichern und neue Perspektiven und berührende Erlebnisse schaffen – mutig, lustvoll und mit viel Herz». So titelt die Ausschreibung für den Ideenwettbewerb zum 150 Jahre Jubiläum der St.Galler Kantonalbank.

Nomen est Omen: Iva Herzmann hat mit ihrem Team das Projekt «Hands On» eingereicht. Jung und Alt lernt mit Hilfe von Jin Shin Jyutsu, die Hände als «Starthilfekabel» zum Auffüllen der eigenen Energiebatterien einzusetzen. – Sozusagen Gesundheitsprävention zum Nulltarif.

Ein Quartier strömt – Begegnen und verbinden

Am 22. Oktober 2016 lernt Jung und Alt von erfahrene Praktikern/-innen, wie angeborene Fähigkeiten, intuitives Handeln und altes Wissen für das eigene Wohlbefinden eingesetzt werden. Ziel des Projektes ist es, Erfahrenes im eigenen Umfeld jederzeit anzuwenden und die Gesundheitsprävention buchstäblich in die eigenen Hände zu nehmen. Ganz nebenbei schafft das entspannte Miteinander Raum für persönliche Kontakte und echte Begegnungen. Unterstützung erfährt das Projekt über die Landesgrenzen hinaus und verbindet aktuelles schulmedizinisches Wissen mit dem Erfahrungsschatz des Jin Shin Jyutsu: Dr. Michael Wirnsperger, Arzt für Allgemeinmedizin, Facharzt für Anästhesie und Intensivmedizin am Landeskrankenhaus Feldkirch, früherer Medical Director Tyrol Air Ambulance, aktiver Notarzt und Jin Shin Jyutsu-Praktiker führt am 21. Oktober 2016 in die Kraft des Strömens ein und schildert seine Erfahrungen.

Jede Stimme zählt – weitersagen

Dem Projekt verleiht man schon heute den nötigen Schub, wenn man auf der Webseite bis zum 12. Juni 2016 seine Stimme abgibt. Die Initiantinnen wünschen sich, dass «Hands On» in der Quartiergemeinschaft Erfolg hat, nachhaltig wirkt und weit über die Grenzen des Quartiers ausstrahlt. So soll Strömen Verbreitung finden und in Selbstverantwortung praktiziert werden. Die Voraussetzungen könnten nicht besser sein: Strömen ist mit entsprechendem Wissen bekanntlich in der Anwendung kinderleicht und funktioniert ohne teure Geräte, nur mit den eigenen Händen, «Hands On» eben.

21. Oktober 2016

Vortrag von Dr. Michael Wirnsperger
Gemeinsames Halten der Mudras im Rahmen
des internationalen Tages des Jin Shin Jyutsu

22. Oktober 2016

«Hands On» – ein Quartier strömt

Eure Stimme für das Projekt abgeben (bis 12. Juni 2016):

<https://www.sgkb.ch/150jahre/hands-on>

Iva Herzmann
JSJ-Praktikerin, St.Gallen

Abschied und Dank

Mit grosser Dankbarkeit und ein wenig Wehmut sagen wir den Kursorganisatorinnen in Walzenhausen, Christine, Maria Anna und Martina tschüss. Es ist uns ein aufrichtiges Bedürfnis, für die liebevolle und aufmerksame Gastfreundschaft in all den Jahren zu danken. Von Herzen alles Gute!

Jin Shin Jyutsu – Grüsse aus Walzenhausen!

Wie die meisten von uns aus ihrem eigenen Leben berichten können, birgt das Jahr 2016 mit seiner Zahlenkonstellation die Möglichkeit, in sich aufzubrechen, Dinge zu einem guten Ende zu bringen, loszulassen im Vertrauen auf das Neue, was immer das sein mag!

So beenden wir in diesem Jahr unsere JSJ-Organisationstätigkeit hier in Walzenhausen, die mir mit Maria Anna und Martina viel Freude bereitet hat, gemeinsam war vieles möglich.

Allen, die bei uns Jin Shin Jyutsu-Kurse und Strömabende besucht haben, danke ich von Herzen für das Vertrauen und die vielen reichen Begegnungen. Vielen Menschen durften wir Impulse geben oder Wegbegleiter sein, Freundschaften sind entstanden, jenseits von Zeit und Raum. Es berührt mich sehr von Euch zu hören wie die Samen aufgehen und was entsteht oder schon entstanden ist. Ich freue mich auf weitere Post!

Jin Shin Jyutsu – Die Kunst des Schöpfers durch den wissenden, mitfühlenden Menschen. Die Pulse hören und spüren wie die göttliche Ordnung wieder Raum bekommt, wirken kann, wenn ich es zulasse und sich meine Einstellungen immer mehr harmonisieren.

Dankbar – annehmen was ist! Das bringt ungeahnte Schätze zutage.

Das durfte ich erleben in schönen wie in schweren Tagen.

Es fällt mir nicht immer leicht! Und doch, wenn es mir gelingt, erlebe ich so eine Freude, manchmal werde ich sogar darauf angesprochen.

Vertrauen in die göttlichen Fügungen – Staunen.

Den Vögeln und der Stille lauschen, atmen. Den Grossen Atem erfahren!

„Danke Gott!“, wie auch Mary Burmeister sagte.

Euch allen wünsche ich von Herzen alles Gute und reiche Erfahrungen.

Mit herzlichen Grüssen



Unsere letzten drei Kurse:

- Symbolik des Tierkreises und die Organströme: 11./12. Juni mit Birgitta Meinhardt im Löwen.

- 5-Tage-Kurs: 24. – 28. August mit Chus Arias in Wolfhalden.

- Beziehungen der Tiefen am Kopf - zum Gehirn, der Wirbelsäule, dem Nervensystem: 14.–16. Oktober mit Anita Willoughby in Walzenhausen.

Anmeldungen: www.im-loewen.ch

Die Farben geben mir immer wieder die Möglichkeit etwas auszudrücken, ins Bild zu setzen. Als Gruss und Dank ist diese Zeichnung gedacht – vielleicht auch als Arbeitsgrundlage für die Verbindung von Jin Shin Jyutsu mit den Mineralstoffen oder den Kalyana-Cremen und den Farben.

Christine Hug

Christine Hug - Jin Shin Jyutsu und Kalyana / CH-9428 Walzenhausen / +41 71 886 51 14 /
jsj.ch.ost@gmx.ch oder ch@naturprodukte.ch



Farbkreis - Tierkreiszeichen - Mineralstoffe nach Dr. Schüssler – Organströme JSJ®

© Christine Hug, Walzenhausen

Kurse, Veranstaltungen

Jin Shin Jyutsu-Spezialkurs: Die Organströme und die Symbolik der Tierkreiszeichen

Samstag/Sonntag, 11./12. Juni 2016

Ort: Im Löwen, Walzenhausen

Leitung: Brigitta Meinhardt, JSJ-Dozentin

Information und Anmeldung: Jin Shin Jyutsu und Kalyana, CH 9428 Walzenhausen

Tel: +41 (0)71 886 51 14 ; Email: jsj.ost.ch@gmx.ch

Selbsthilfe Kurse Buch 1-3 in Zürich

Samstag, 18.06.2016, 9.00 – 18.00 Uhr

Samstag, 24.06. 2016, 9.00 – 18.00 Uhr

Sonntag, 25.06.2016, 10.00 – 14.00 Uhr

Infos und Anmeldung: Sabine Haenni, info@biosanus.ch, www.biosanus.ch

Samstag, 25. Juni 2016, in St.Gallen

Ein Tag für mich: 9.00 – 16.00 Uhr

JSJ meets Feldenkrais

Kursleitung: Iva Herzmann, JSJ-Praktikerin, St.Gallen

Gast: Edith Sidler, Feldenkrais Bewegungstherapeutin

Infos und Anmeldung: iva.herzmann@me.com

Jin Shin Jyutsu 5-Tage-Kurs in Wolfhalden 24. – 28.August 2016

Leitung: Dr. Maria Jesús (Chus) Arias, Jin Shin Jyutsu-Dozentin aus Barcelona

(Kurssprache Englisch, deutsche Übersetzung durch Martina Gächter)

Information und Anmeldung: Jin Shin Jyutsu und Kalyana, CH 9428 Walzenhausen

Tel: +41 (0)71 886 51 14 ; Email: jsj.ost.ch@gmx.ch

Strömen und Brausen in Andiastr, 28.8. – 3.9.2016

Kursleitung: Iva Herzmann, JSJ Praktikerin, St.Gallen

Gast: Rosa Luisa Rossi, Alexandertechnik

Infos und Anmeldung: iva.herzmann@me.com

Selbsthilfe Kurs Buch 3

3. – 4. September 2016 Künsnacht am Rigi

Infos und Anmeldung: anja.moeckli@haendedrauf.ch

Jin Shin Jyutsu Spezialkurs: Beziehungen erkennen und anwenden

Die Beziehungen zwischen den Tiefen am Kopf, dem Gehirn, der Wirbelsäule und dem Nervensystem

Freitag bis Sonntag, 14. – 16. Oktober 2016

Leitung: Anita Willoughby, JSJ-Dozentin, New York

Information und Anmeldung: Jin Sihin Jyutsu und Kalyana, CH 9428 Walzenhausen

Tel: +41 (0)71 886 51 14 ; Email: jsj.ost.ch@gmx.ch

«Hands On» – Ein Quartier strömt

Freitag, 21. Oktober 18.00 Uhr

Vortrag Dr. Michael Wirnsperger

Mudras halten zum internationalen JSJ-Tag

Samstag, 22. Oktober 10.00 – 16.00 Uhr

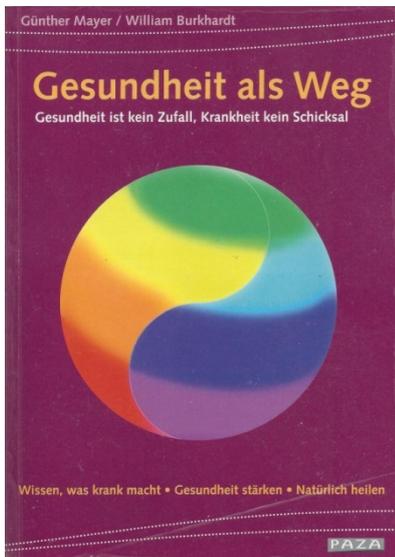
Ein Quartier strömt

Buchbesprechungen

Günther Mayer / William Burkhardt

Gesundheit als Weg – Gesundheit ist kein Zufall, Krankheit kein Schicksal

Wissen, was krank macht- Gesundheit stärken – Natürlich heilen



Der Schlüssel zu unserer Gesundheit liegt in der Zwischenzellsubstanz. Sie ist die Brücke zu den Zellen, die passierbar bleiben muss, damit alle unsere Zellen und damit unser ganzer Organismus gesund bleiben. Oft ist unsere Lebensweise durch verschiedene Faktoren (Säure-Basen-Haushalt, Sauerstoffmangel, Stress, usw.) belastet und damit auch diese Brücke. In der Folge sind unsere Zellen nicht mehr ausreichend mit Nährstoffen versorgt und der Abtransport der Schlackenstoffe ist eingeschränkt. Es entwickeln sich oft über Jahre Krankheitsbilder. Umgekehrt kennt unser Körper ein ganzes Arsenal an Strategien, um ein möglichst optimales Gleichgewicht zu erhalten. Sie sind immer auch ein Signal, das uns auffordert, genauer hinzuschauen. Sogenannte „Volkskrankheiten“ wie BD-Hochdruck, Diabetes, Herzinfarkt, u.a. bekommen einen andern Hintergrund – wären vermeidbar – aber das wissen wir ja – nur nicht genau wie, weil uns die notwendigen Kenntnisse über verschiedene Zusammenhänge fehlen. Hier öffnet uns das Buch

die Augen und lässt uns auch hinterfragen, in welche Richtung verschiedene chemische Stoffe als Medikamente eine belastete Gesundheit beeinflussen.

Ein spannendes Buch, das viel Hintergrundwissen und viele Zusammenhänge vermittelt.

ISBN-NR 978-3-9808783-7-1

Paza-Verlag Tannenbrunnenstrasse 10 74343 Sachsenheim

www.paza-verlag.de auch über

Naturheilpraxis, Ebni 14 CH 9053 Teufen +41(0)71 333 25 42

Herbert Schrepfer
JSJ-Praktiker, Abtwil



Zum Newsletter

Sie erhalten mit Verspätung die Ausgabe 13 des Newsletters Jin Shin Jyutsu Schweiz.

Zuerst möchten Iva und ich allen herzlich danken, die mit ihrem Beitrag mithelfen, diesen NL zu gestalten.

Die vernetzte Welt hat offensichtlich auch ihre Schattenseiten. In einem Word-Dokument, das als Email-Anhang zu mir kam, wurde ein Virus transportiert. Wie ein metastasierender Krebs zerstörte er trotz Anti-Virenprogramm und Sicherungen in vielen Ordnern wahllos Dateien, Fotos, ganze Ordner, so auch den Ende Mai versandfertigen Newsletter A 13. Mit Hilfe eines PC-Fachmannes und mit Aufwand von vielen Arbeitsstunden konnte der NL nun wieder hergestellt werden. Letztlich bleibt mir nun aber nur eine Lösung: Den ganzen PC völlig neu installieren zu lassen.

An diesem NL mitgearbeitet haben:

Carlyse Smyth, Brigitte Purner, Benno Peter, Sabine Haeni, Anja Moeckli, Esther und Brigitte Rimle, Eleni Meyer, Iva Herzmann, Christine Hug, Herbert Schrepfer

Einzelne Beiträge müssen wir auf den nächsten Newsletter verschieben. Wir bitten dafür um Verständnis. Wir suchen für den NL A14 spannende Berichte aus verschiedenen Regionen in der Schweiz, Strömerlebnisse, besondere Erfahrungen mit Strömen, auch Tips. Kritik und Anregungen, die helfen, den NL weiter zu entwickeln, sind ebenfalls willkommen.

Der nächste NL Ausgabe 14 ist in der ersten Hälfte Monat September geplant. Da möchten wir u.a. über das Schweizer PraktikerInnen-Treffen berichten. Beiträge, Kursausschreibungen, etc. müssen bis spätestens Ende August bei mir sein.

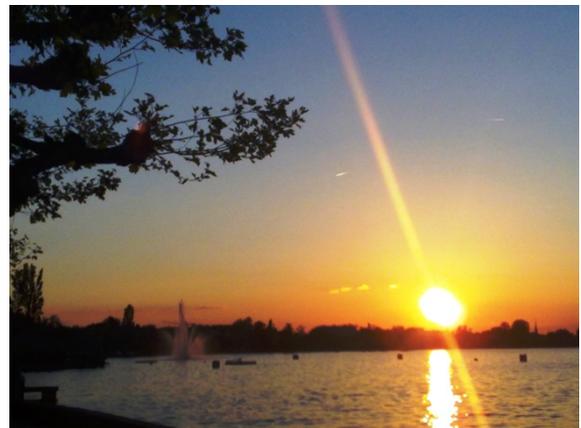
Hinweis:

Bitte meldet zurück, wenn eure Email-Adresse 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 mitteilen. Alle bisherigen Ausgaben stehen unter www.lebens-oase und auf www.jinshinyutsu.ch weiterhin als Download zur Verfügung.



Wir wünschen allen Strömerinnen und Strömern eine inspirierende und belebende Sommerzeit.



Sommerzeit in Rorschach