



Jin Shin Jyutsu

# JIN SHIN JYUTSU

Edition 42 / April 2020 [www.jsj.at](http://www.jsj.at) Herausgeber: Verein Jin Shin Jyutsu Österreich

## Aus dem Inhalt

Verabredung zum Strömen	2
<i>Eindrücke von der Generalversammlung</i>	3
Aus dem Vereinsleben	4
<i>Treffen der österr. Organisatoren</i>	6
Fingerhalten bei den Golden Girls	6
<i>Erster 5-Tage-Kurs in der Oststeiermark</i>	7
Rechte Schulter, linke Schulter	7
<i>Spaß mit glücklichen Händen</i>	8
Abschließende News / Gruppe NEUN	9

<i>Wunder geschehen ...</i>	10
Gesundheitsmesse in Perg	11
<i>Baby- und Kindermesse in Saalfelden</i>	12
Vielfalterei	13
<i>Zum Mitströmen und Nachhören</i>	14



*Termine zum gemeinsamen Strömen*



### Sag JA

*Sag JA zu den Überraschungen,  
die deine Pläne durchkreuzen,  
deine Träume zunichtemachen,  
deinem Tag eine ganz andere Richtung  
geben –  
ja vielleicht deinem Leben.  
Sie sind nicht Zufall.*

*Lass dem himmlischen Vater die Freiheit,  
deine Tage zu bestimmen.*

Dom Helder Camara (1909-1999)

# Verabredung zum gemeinsamen Strömen

von Hedi Zengerle

Nach der Absage des Praktikertags in Wien aufgrund der Corona-Maßnahmen kam diese tolle Anregung aus der Donaustadt. Danke an Eva Hackl und Johanna Urmoneit:

„...wie mit der aktuellen viralen Situation und unserem Treffen nächste Woche umgehen“, das hat uns die letzten Tage beschäftigt. Wir sind zum Schluss gekommen, dass wir unser Treffen verschieben werden und wir haben uns auch schon über den Ersatztermin Gedanken gemacht. Geplant ist der **7. November 2020** – soweit man das jetzt überhaupt planen

kann. Um doch gemeinsam im Geiste unserer geliebten Kunst zu sein, haben wir uns Folgendes überlegt:

Es gibt erstaunliche Erfahrungen von Praktikerinnen, wie sehr uns das Halten der Finger dabei unterstützt, herausfordernde Situationen zu meistern. Außerdem ist das ausführliche Fingerhalten ein einfaches und unglaublich kraftvolles Geschenk. Wir können es für uns alleine, gemeinsam in Praxisgruppen, als Möglichkeit zur Selbsthilfe für Klienten oder wie auch immer in die Welt bringen können und damit das Feld des Vertrauens (und nicht der Angst) nähren.

Genauso, wie das Halten der Finger im Selbsthilfebuch 1 von den Seiten 22 bis 37 beschrieben ist und es Mona Harris in ihren Kursen vorschlägt, eine Hand nach der anderen für jede der fünf Einstellungen. Wenn man jeden Finger 12 Ausatmungen lang

Selbsthilfe Buch 1 von Mary Burmeister  
Harmonisierung der Einstellungen (S. 21-37)

	Linke Hand				Rechte Hand		
Sorge = Daumen				Sorge = Daumen			
Angst = Zeigefinger				Angst = Zeigefinger			
Wut = Mittelfinger				Wut = Mittelfinger			
Trauer = Ringfinger				Trauer = Ringfinger			
Bemühung = kl. Finger				Bemühung = kl. Finger			

 Jin Shin Jyutsu  
Physio-Philosophie  
Mona Harris

Eichenweg 4  
83370 Seon-Seebruck  
Telefon +49 (0)8667-809914  
www.monaharris.de

© Mona Harris 2018

  
Jin Shin Jyutsu

hält, sind das genau 360 Ausatmungen, zufällig oder eher nicht. Von der Zeitdauer ist es ungefähr eine Stunde. Wir laden euch ein, dieses Halten der Fingersequenzen in den nächsten Wochen immer am **Mittwoch um 18.00 Uhr** und am **Samstag um 11.00 Uhr** gemeinsam zu prak-

tizieren. Egal wo wir sind, jede/r von uns kann „Einfach – MICH SELBST KENNEN (mir helfen) LERNEN“ und **gemeinsam** können wir mehr Licht auf unsere Erde zu bringen. Wir wünschen Euch Allen eine gute Zeit, viel Licht und Vertrauen und freuen uns auf ein Wiedersehen.

Zur Verfügung gestellt von  
Mona Harris  
[www.monaharris.de](http://www.monaharris.de)

Fortsetzung auf Seite 3 ...



The screenshot shows the top part of a website article. At the top left is the logo for 'anke oltmann' with the tagline 'JIN SHIN JYUTSU'. Below it is a dark blue header with the text 'ALLGEMEIN' in a small orange box, followed by the main title 'Fingerströmen in der Corona-Zeit' in white. Underneath the title, it says '28. FEBRUAR 2020' and 'BY ANKE OLTMANN'. Below the header is a large image of a virus particle. Underneath the image is a yellow box with the text: 'Wichtiger Hinweis: Dieser Artikel soll weder eine Viruserkrankung verharmlosen noch von angeratenen schulmedizinischen Interventionen im Fall einer Infektion abhalten!'. Below this are several paragraphs of text, some starting with 'Gerade erleben wir wieder, was es mit uns macht, wenn ein neuer Virus die Runde macht.' and 'Unbeeindruckt von allen Eindämmungsversuchen schafft es der aktuelle Coronavirus SARS-CoV-2 sich zu verbreiten. Man könnte sagen, er hat eine sehr harmonische 23, denn er schafft es, sich seinen Weg gegen alle Widerstände zu bahnen und seinen Lebenszweck durch Verbreitung zu erfüllen...'. The bottom part of the screenshot shows the beginning of a section titled 'Wie eigentlich jeder Finger etwas bei einem Coronavirus tun kann'.

Und auch von Anke Oltmann ([www.ankeoltmann.de](http://www.ankeoltmann.de)) gibt es einen erbauenden Bericht über Fingerhalten: **Der Coronavirus und alle, die noch kommen...**

Außerdem schreibt Anke zum Thema Krise:

„... Ich möchte auf die Situation gucken und mich fragen: Was kann ich jetzt in diesem Moment tun, um zu mehr Harmonie für mich und andere beizutragen? Wo sind Chancen und wo Hilfsmöglichkeiten? Welcher – auch noch so kleine – erste Schritt könnte zur Entspannung der Situation beitragen?

Und sind wir, die wir strömen, nicht in einer vergleichsweise glücklichen Lage?

» Wir verfügen über eine Lebenskunst, die sich ganz ohne Hilfsmittel anwenden lässt. Wir sind fürs Strömen nicht auf Lieferketten angewiesen und brauchen

nichts auf Vorrat zu kaufen.

- » Wir können die Kunst für uns selber anwenden und müssen dafür nicht mal aus dem Haus gehen.
- » Jin Shin Jyutsu hat das Potential, uns sowohl psychologisch zu beruhigen als auch körperlich zu stärken.

Also: Wann, wenn nicht jetzt, wäre eine gute Zeit, sich dem Strömen zu widmen? Zumal viele von uns derzeit unverhofft mehr freie Zeit zur Verfügung haben als gedacht. Und an dieser Stelle fragte ich mich, was ich ganz persönlich tun kann. Die Antwort kam dann schnell wie von selber.

Wenn ich eins in dieser Situation wichtig finde, dann, dass wir alle – trotz des Abstands, den wir im Moment halten sollen – nicht das Gefühl haben, allein zu sein. Denn niemand von uns ist das! Wir haben die Möglichkeit, uns über alle Entfernungen hinweg miteinander strömend zu verbinden und uns gegenseitig Halt zu geben. ✨

## Eindrücke von der Generalversammlung

von Monika Fiechter-Alber

Es war eine Freude, bei unserer diesjährigen Generalversammlung wieder so viele vertraute Menschen zu treffen, fast wie bei einem Familientreffen. Über dreißig Jin Shin Jyutsu-Begeisterte waren gekommen: Organisatorinnen aus allen Bundesländern, aber auch darüber hinaus. Aus Südtirol war u. a. Marlene Nardin, die neue Organisatorin, dabei; aus Liechtenstein besuchte uns Marianne Lörcher; aus der Schweiz war Iva Herzmann, die Präsidentin des Ostschweizer Vereins, angereist und aus Köln

war Sabine Bräuning-Stoll anwesend, sie ist Vorstandsmitglied des deutschen Berufsverbands. Daneben nutzten viele Tiroler Mitglieder ihren Heimvorteil.

Eine Generalversammlung macht auch immer bewusst, was in einem Jahr im Verein alles passiert ist und welche Themen, Ideen und Projekte anstehen. Da sind zum einen die größeren Veranstaltungen wie das Symposium in Thaur und Gesundheitstage in den Bundesländern.

Fortsetzung auf Seite 4 ...



Foto: Hedi Zengerle

# Aus dem Vereinsleben

## Ein Stimmungsbild von der Generalversammlung am 18.1.2020 in Egerdach bei Innsbruck von Stefanie Holzer

Es gibt Menschen, die in Vereinen erst richtig aufleben. Man nennt sie »Vereinsmeier«: Der Verein und insbesondere die Abläufe und Regeln, nach denen ein Verein gesetzeskonform zu führen ist, ist ihnen eine Herzensangelegenheit. Mich beunruhigen solche Sachen eher, deswegen meide ich Vereine und Vereinsmeier, wenn ich es irgend vermag. In Vereinen ist man

anderen Vereinsmitgliedern ausgeliefert. Aber bei Jin Shin Jyutsu ist das alles anders. Hier mache ich eine Ausnahme, denn es geht um etwas Wichtiges, sozusagen etwas Höheres. Man könnte sagen, es geht darum, dem Strömen eine »manifestierte« Außenansicht zu geben. Der Verein ist wie ein Haus, in dem der Geist, das Wesen des Strömens für Gewöhnlichsterbli-

che ansprechbar wird, wenn ein solcher einmal beschließt, mit dem Strömen in Kontakt treten zu wollen. Die bloße Existenz des JSJ-Vereins heißt, das Strömen ist als höchst individuelle Angelegenheit soweit verallgemeinerbar, dass sich gemeinsame Interessen in Vereinsstatuten formulieren lassen. Der Verein verleiht somit jedem einzelnen und jeder einzelnen, der/die irgendwo im Land jemanden strömt, auch ein Stück Seriosität in der grobstofflichen Welt.

Die diesjährige Generalversammlung war für Samstag, den 18. Jänner in Egerdach angesetzt. Dass das keine gewöhnliche Sache war, merkte ich schon am Bahnhof, wo ich den Bus nach Egerdach bestieg. Denn da kamen schon Christine aus Salzburg, Marianne aus Liechtenstein und

*Fortsetzung auf Seite 5 ...*

*... Fortsetzung von Seite 3*

Zum anderen wird auch wieder bewusst, wie viele sonstige Aktivitäten in unserem Verein lebendig sind: die verschiedenen Drucksorten (Hauptzentralstrom, Finger-Zehen-Strom, Sicherheitsenergieschlösser und seit kurzem neu: die Fingerkarten) und unser neuer Webshop (ab Frühjahr 2020), die Vereins-Homepage, der Newsletter, unser Auftritt auf Facebook, die Zusammenarbeit mit der österreichischen Wirtschaftskammer, unserer gesetzlichen Vertretung als Praktiker/innen...

Diese vielen Aktivitäten und Bereiche gibt es nur, weil so viele sich engagieren und ihre Fähigkeiten mit viel Begeisterung und Professionalität einbringen. Als Obfrau erfüllt mich das mit großer Freude und Dankbarkeit.

Sehr dankbar bin ich auch unserer Kassierin Andrea Brettl, die ihre Arbeit mit größter Sorgfalt und viel Engagement im letzten Jahr ausgeführt hat. Sie hat ihre Funktion aus privaten Gründen zurückgelegt. Als

neuer Kassier stellte sich Michael Moser aus Kremsmünster zur Verfügung und wurde auch gleich einstimmig gewählt. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit.

### Impulse für Kopf und Herz

Ein besonderes Geschenk für alle war das Referat von Susa Hagen über „Die Kunst des Zuhörens“, in dem sie uns allen bewusst machte, auf wie vielen Ebenen in Menschen etwas Heilsames passiert, wenn wir aufmerksam und wertschätzend zuhören. Und ein zweites Gustostückerl war uns auch noch am Ende der GV vergönnt: Gabi Stöckl las uns ihr neues Märchen über den Hauptzentralstrom vor – ein Märchen vom „aus der Mitte fallen und in die Mitte finden“. Beide Impulse waren Nahrung für Kopf und Herz und unsere Seelen – große Geschenke.

Danke allen fürs Kommen, fürs Teilen, fürs Mithelfen und für jede Begegnung. Das alles ist Nahrung für unseren Alltag. ❧



... Fortsetzung von Seite 4

Iva aus St. Gallen daher und verhandelten mit dem Buschaffeur über eine geeignete Fahrkarte für den Tag. Im SOS-Hauptquartier waren abgesehen von den Vereinsvorständen Monika Fiechter-Alber, Hedi Zengerle, Brigitte Purner und Andrea Brettl, jede Menge prominente Vereinsmitglieder – Organisatoren aus allen Himmelsrichtungen! – Praktikerrinnen und – so wie ich – ganz gewöhnliche Vereinsmitglieder

angereist. Die Tiroler nutzten ihren Heimvorteil und füllten den Seminarraum bis auf den letzten Platz.

Nach einem seelenvollen Referat von Susa Hagen zum Thema »Zuhören«, ging das von statten, was bei



Vereinsitzungen sein muss: Protokolle wurden verlesen. Wir hörten, wieviel Geld eingenommen und wofür ausgegeben worden war, und entlasteten schließlich die Kassierin und den ganzen Vorstand. Und wir beklatschten alle jene wichtigen Menschen von Ulrika Krexner über Brigitte Purner bis Susa Hagen, die dem Verein zu allgemein geschätzten Kärtchen zum Finger-Zehnstrom, zum Haupt- und Zentral-

strom, zu den Einstellungen und so weiter verhelfen.

Andrea Brettl musste aus privaten Gründen ihre Vorstandstätigkeit einstellen, also suchte und fand man in Michael Moser aus Kremsmünster den neuen Kassier. Michael war zwar gar nicht vor Ort gewesen, aber Doris dachte, er würde das vielleicht machen... Also rief sie ihn an, und da hatte Michael wohl das Gefühl, dass der Verein ihm ein Angebot machte, das er nicht gut ablehnen konnte.

Wie die Stimmung bei der Generalversammlung war, sieht man am besten auf dem Bild mit den kleinen Bällen, die die Damen in die Höhe halten: Die »Bälle« waren eigentlich Granatäpfel.



## Freiwillige Helfer und Unterstützer

Die Bereitschaft mitzutun, war allenthalben spürbar: Es war nicht so, dass sich jemand vorgedrängt hätte, Aufgaben zu übernehmen. Aber es fanden sich für alle Aufgaben freiwillige Helfer und Unterstützer.

Diese Symbole der Fruchtbarkeit, der Vermehrung hatte Elisabeth Jürschik mitgebracht. Jeder weiß, wie viele Samenkörner in jedem solchen Apfel stecken und wie wohltuend und wohlschmeckend diese Körner sind. Dieses Motiv soll uns als Motto für 2020 gelten! 🌸

# Treffen der österr. Organisatoren

von Hedi Zengerle



Seit der Gründung des Vereins hat es sich bewährt, dass sich die JSJ-OrganisatorInnen aus den Bundesländern einen Tag vor der Generalversammlung zum Austausch treffen. Dabei werden organisatorische Belange erörtert, die Kurstermine für Weiterbildungsangebote der nächsten zwei Jahre koordiniert und Anregungen für das Vernetzen der JSJ-Begeisterten weitergegeben.

Wir durften erstmals Doris Grellmann in unserer Runde begrüßen, die gemeinsam mit Manuela Apuchtin in Oberösterreich organisieren wird. Beim diesjährigen Treffen gab es die Besonderheit, dass auch Nicht-OrganisatorInnen dabei waren.



Unsere Obfrau Monika und unsere Kassierin Monika erhielten als Vorstandmitglieder einen konkreten Einblick in unsere vielfältigen Arbeiten und das flächendeckende Netzwerken. Neben dem Arbeiten durfte natürlich auch das gesellige Miteinander nicht fehlen und bei einem gemeinsamen Abendessen konnten wir fröhlich auf die erfolgreiche Zusammenarbeit anstoßen.

Herzlichen Dank an alle KollegInnen, das gemeinsame Tun ist einfach schön und wertvoll. 🌸

# Fingerhalten im Zimmer der Golden Girls von Erika Wenko

Oktober 2015: Meine damals 86-jährige Mama (geistig voll fit) liegt wieder einmal im Krankenhaus zur allgemeinen Stärkung (Infusionen, Sauerstoff). Als ich auf Besuch komme, erhält sie gerade Sauerstoff aus der Flasche. Nach zirka fünf Minuten frage ich sie, ob ich sie strömen darf.

Mama ist sehr skeptisch und der Meinung, nicht das Muster hinter dem Strom, sondern die Berührung tue ihr gut. Sie nickt und ich ströme den ersten Schritt des Lungenstromes.

Nach drei Minuten atmet sie wieder selbständig und tief und wendet sich vom Gerät ab. Nach meiner Frage, ob das nun das Gerät oder der Strom war antwortet sie: „Das war eindeutig

das Strömen, aber sag das nicht den Ärzten, sonst glauben die noch ich sei abergläubisch“. 😊

Im Zimmer liegen weitere Mädls in ihrem Alter. Als ich gehe, sage ich an der Tür zu Mama: „Halte dir doch den Daumen, dann brauchst du dir keine Sorgen um deine Genesung zu machen“. Als ich am nächsten Tag wiederkomme, halten alle Damen einschließlich meiner Mama den Daumen.

Ein halbes Jahr später hat meine liebe Mama diese Ebene verlassen. Ich durfte sie tagelang mit dem SES 4 und 7 begleiten. Die letzten Worte dieser skeptischen Frau mit 87 und großer Persönlichkeit waren: „Ich dachte, du tust mich noch ein bisserl strömen“. 🌸

# Erster 5-Tage-Kurs in der Oststeiermark

von Maria Baurhofer



St. Ruprecht an der Raab ... ein schöner Platz zum Leben, man spürt die Natur! ... und doch gibt es eine gute Verkehrsanbindung.

40 Teilnehmende trafen sich dort, um JSJ Physio-Philosophie aus den Worten von Mona Harris zu erfahren, hören und spüren. Die

Gruppe bestand aus vielen Erstteilnehmern („Blümchen“), doch mit einfachen Erklärungen und einer Portion bayrischem Humor konnten alle erfolgreich Pulse lauschen, Texturen hören und mit den Hilfskarten und Postern von Mona gut passende Ströme finden und umsetzen.

Die fünf Tage waren von Barbara Gastager perfekt und liebevoll organisiert. Diese Tatsache und die tolle Referentin machten die Zeit nicht spürbar.

„ *Trotz vieler theoretischer Informationen war die LEICHTIGKEIT DES SEINS präsent.* “

Maria Baurhofer

Energie floss und Herzenswärme bildete sich bis zum Höhepunkt der Verabschiedung. Da ging Werner vor dem Podium auf die Knie und wir wurden Zeugen seines öffentlichen Heiratsantrags an seine Magdalena, und wir alle freuten uns ebenso mit dieser Liebe in Harmonie und Licht. ✨

# Rechte Schulter, linke Schulter

von Viola Hölzlsauer

Beim Thema „SES – unsere Freunde“ kamen wir plötzlich auf die rechte und linke Schulter zu sprechen.

In den 5-Tage-Kursen hörte ich öfters die Aussage: Rechts 3. Tiefe/ „Gallenblasenschulter“ und links 5. Tiefe / „Dünndarmschulter“.

## Wieso, warum und überhaupt?

Gut, ich will es versuchen, meine Erkenntnisse nachvollziehbar auszudrücken:

Wenn die Leber (3. Tiefe) „drückt“ infolge von Überlastung, Erkrankung, raumfordernder Prozesse entsteht Unbehagen. Druck oder Schmerz ist die Folge. Automatisch, mitunter über Jahre, bietet der physische Körper Raum für dieses Organ, indem er die Schulter nach oben zieht, spricht:

Es entsteht ein Schulterhochstand, die Nacken- und Schultermuskulatur verspannt sich in weiterer Folge.

Dieselbe Geschichte nur links: Dünndarm (5. Tiefe) und Schulter links.

Das Wunderbare an Studiergruppen: Aus Dorf wird Stadt, aus Stadt wird Land, aus Land wird Welt, aus Welt werden ... Welten in Welten in Welten ... eben dem Frühling geschuldete Weite des Jin Shin Jyutsu! ✨

**Schmerzen sind Auswirkungen. Benutze sie als Führer zu den Ursachen.**

*Zitat aus „What Mary Says“, S. 24*

# Spaß mit glücklichen Händen

von Monika und Vera Zachbauer

Diesen Titel haben wir uns zum Motto gemacht und vielfältige Erfahrungsräume für Kinder geschaffen. In einer dreiteiligen Staffel schenkten wir dem Wunderwerkzeug, unseren Händen, ganz besondere Aufmerksamkeit. Mein Fachwissen gekoppelt mit dem methodisch-didaktischen Know-how meiner Tochter, ergab ein abwechslungsreiches Programm für alle TeilnehmerInnen.

Einfache Atemübungen, verschiedene Achtsamkeitsübungen und die Aktivierung der Basissinne halfen, im Raum anzukommen und das Körperbewusstsein zu stärken. An verschiedenen Stationen konnte dieses ganzheitliche Erleben fortgesetzt und vertieft werden. Wie Wut wohl klingen mag? Warum schmecken Sorgen so süß? Und was bedeutet eigentlich „Verstellung“? Das und noch

vieles mehr versuchten wir kindgerecht erlebbar zu machen, indem wir möglichst viele Sinne in unser Tun miteinbezogen haben.

Ein passendes Lied half uns abschließend dabei, die Inhalte zu festigen. Außerdem entstand in jeder Einheit eine Erinnerungshilfe, die jedes Kind mit nach Hause nehmen durfte. Denn dort geht der Spaß mit glücklichen Händen erst richtig los... ✨



# Abschließende NEWS zur Gruppe NEUN von Hedi Zengerle



Beim Treffen vom 6. bis 8. März im Tempelhof/Deutschland vollzog sich ein Wechsel in der Prozessverantwortung.

Die Zusammenarbeit der vier deutschsprachigen Jin Shin Jyutsu-Vereine in der Gruppe NEUN hat in den vergangenen 18 Monaten zu mehr Klarheit und viel interessantem Austausch untereinander geführt und damit wichtige Voraussetzungen für den laufenden Prozess geschaffen.

Die wesentliche Aufgabe der Gruppe NEUN ist damit erfüllt und die Auflösung der Gruppe NEUN wurde bei diesem Märztreffen beschlossen.

## Was hat die Zusammenarbeit bis dato gebracht?

Erstens die Erfahrung, dass es Freude bereitet gemeinsam an Perspektiven für Europa mitzugestalten.

Zweitens, dass Informationsaustausch aufgrund jahrelanger Erfahrung, Kompetenz und Begeisterung motivierend ist.

Und drittens, dass trotz großem persönlichen Einsatz (Zeitaufwand und eigener finanzieller Mittel) es erst der Anfang ist.

Für die weiterführende Arbeit der Impulsgeber-Gruppe erschien es nun sinnvoller, ein **kleineres Lenkungssteam** (nicht weiter strikt nach Länder- oder Vereinszugehörigkeit) zu bilden.

Nach Wunsch der Teilnehmenden des Märztreffens soll die Prozessverantwortung bis zum nächsten Termin im Frühjahr 2021 ein Lenkungssteam bestehend aus Anke Oltmann, Eika Bindgen, Elisabeth Jürschik und Ute Schraut übernehmen.

„ Ich bedanke mich bei allen Mitgliedern der Gruppe NEUN für die bereichernde Zeit und wünsche dem jetzigen Lenkungssteam viel Inspiration und Erfolg. “

Hedi Zengerle

Gruppe NEUN  
JIN SHIN JYUTSU

## Schreib uns doch!

Diese Vielfalt an Beiträgen: Von der Rückschau auf die Generalversammlung über Ström-Erfahrungsberichte bis hin zu Veranstaltungen für und mit Kindern.

Danke!



Damit es so bunt weitergeht, trage gerne auch DU etwas bei, ich freue mich jetzt schon wieder auf neue Beiträge.

Nächster Redaktionsschluss:

5. Juli 2020

[hedi.zengerle@jsj.at](mailto:hedi.zengerle@jsj.at)

Impuls

**Wunder geschehen ...  
auch in Zeiten von Corona**

Wunder geschehen ...

wünschen wir uns gerade jetzt in Corona Zeit

Einige in voller Herzinbrunst,  
wo wir sonst den Liebsten herbeisehnen ...

Doch momentan sind wir wirklich gefragt.

Jede/r Einzelne darf mit Einsicht  
verantwortungsbewusst im Handeln sein.

Mit klarer Verstandsansicht, was im Hier und Jetzt notwendig ist,  
um dem Miteinander-WIR

längerfristig eine gesunde faire Basis zu bringen.

Objektiv über den Nasenspitzen-Tellerrand blicken und  
erkennen dürfen, was richtig und wichtig ist.

Hoffnungsfrohe liebevolle Weitsicht ühend,  
um ein geschütztes genesendes Morgen schöpfen zu können

Ruhe zu bewahren –  
wie Atem im los- wie zulassen KÖNNEN.

Entdecken wir offen mit kreativen Augen,  
wie Alltag sinnig intensiv noch gestaltet werden kann  
Welch gute Gesprächsbegegnungen am Telefon oder  
per Mail wie Briefpost möglich ist.

Erzeugen wir selbst in uns eine  
friedlich fließende Herzliebesswelle,  
die wir über die ganze Welt aktiv reisen lassen.  
Mit starkem HEILUNGSSEGEN im Atemseelengepäck!

Im Vertrauen auf das Wunder Leben, das uns –  
durch eigene Vernunft – Geduld – Respekt – Würde – Dankbarkeit  
zufrieden kostbare Erlebnislichter schenken wird.

Atmen wir aufmerksam weise hinein  
in diese fordernd förderliche Daseinsetappe –  
meistern wir diese im  
rücksichtsvollen Gemeinsamkeitszusammenhalt.

Wandeln wir die Sorgen und Ängste  
heilsam in vollbrachte Lösungsziele ein.  
Wir schaffen das!!

*Beate Loraine Bauer*

# Gesundheitsmesse in Perg von Gabriele Lischka

Am 15. und 16. Feb. 2020 ist die **Gesundheitsmesse in Perg/OÖ** über die Bühne gegangen. Der Aufbau am Freitagnachmittag, konnte nach anfänglichen Hürden, dann am Samstag doch noch gut umgesetzt werden. Die Schwierigkeiten waren: Der Messestand war oben auf der Galerie, etwas abseits des Geschehens – dass sich aber später als positiv herausgestellt hat, da es dort viel ruhiger war. Die Räumlichkeiten mussten mit einer anderen Kollegin (von Bowtech) geteilt werden. Aber auch dies wurde zu

einem harmonischen Miteinander. Ein Rollup hatte keine Halterung, ich erhielt keinen Stehtisch und zwei Praktikerinnen hatten mir kurzfristig abgesagt, dadurch hatte sich der ganze Einsatzplan verändert. Am Samstag fuhr ich nach der Reparatur des Rollups früher hin, nahm mir einen Tisch und hatte das Glück, noch zwei Zwischenwände von der Messeleitung zu erhalten. So fügte sich eines nach dem anderen und es entstand ein netter, gemütlicher Messestand. Die Messeleitung war uns dann

noch mit einer Absperrung und einem sichtbaren Hinweisschild, dass auch auf der Galerie Behandlungen stattfinden, behilflich. Ab da waren alle Probleme beseitigt und es ging voll los.

Wir hatten an den beiden Tagen jeweils drei aktive Praktikerinnen und Selbsthilfelehrerinnen, da mir Monika Zachbauer und Romana Glocker kurzfristig zusagten, wofür ich mich nochmals recht herzlich bedanken möchte.

Einige Strömklienten erzählten uns nach dem Strömen, was sie in ihrem Körper alles gespürt bzw. wahrgenommen hatten. Dies fanden wir absolut toll. Zwei männliche Messebesucher schliefen in der kurzen Strömsitzung (höchstens 30 Minuten) ein und waren darüber selbst total überrascht. Alle haben Jin Shin Jyutsu als sehr angenehm empfunden und einige Messeteilnehmer möchten JSJ auch bei einem Selbsthilfekurs

näher kennenlernen. Eine Messebesucherin erzählte uns, dass sie Strömen in der VHS (Volkshochschule) gelernt hat und es schon kann. Diese Aussage bestärkte uns nur wieder darin, dass wir unsere gemeinsame Vision Jin Shin Jyutsu in der breiten Öffentlichkeit bekannter zu machen und den Menschen die Möglichkeit einer praktischen **Anwendung der täglichen Selbsthilfe** vorzustellen, eine wirklich wertvolle Arbeit ist.

## Große Freude beim Strömen

Wir, als teilnehmende Praktizierende, hatten wirklich große Freude an den Gesprächen und an den zahlreichen Strömsitzungen. Wir konnten den Namen Jin Shin Jyutsu und die Geschichte, die damit verbunden ist, an viele Messeteilnehmer weitergeben. Es war für alle ein spürbar harmonisches Miteinander. Wir möchten uns von ganzem Herzen beim Verein

Jin Shin Jyutsu für die großzügige Unterstützung bedanken. Großen Dank auch an alle teilnehmenden Kollegen und Kolleginnen. Ohne eure Mithilfe, wäre diese Gesundheitsmesse nie so gut verlaufen.



PS.: Monika schrieb mir:

„ Ich freue mich über die Möglichkeit die uns der Verein durch seine Unterstützung bietet, um Jin Shin Jyutsu in die Welt zu tragen ... es sind immer wunderschöne Tage in einer ganz besonderen Energie, die ich da erleben darf.“



# Erste Baby- und Kindermesse in Saalfelden

von Lydia Salvenmoser und ihrem Team

29.02. + 01.03.2020

1. BABY- UND  
KINDERMESSE

POWERED BY MIDIS NAH- UND STOFFECKE WWW.MIDIS.AT



WANN:  
SA: 10:00 - 18:00 h  
SO: 10:00 - 17:00 h  
WO:  
CONGRESS  
SAALFELDEN



Als die Organisatorin Michaela Volger mit der Frage auf uns zukam, ob wir – Jin Shin Jyutsu – bei der **ersten Baby- und Kindermesse** vom 29. Feb. bis 1. März mitwirken wollen, gab es für uns nur eine Antwort – JA! Ja, natürlich wollen wir die erste regionale Messe für Familien, die in unserem Heimatort stattfindet, mit unserem Beitrag unterstützen. Wir – Resi, Lydia und Heidi – waren sofort begeistert von der Idee. Vor allem wollten wir diese einmalige Gelegenheit nutzen, Jin Shin Jyutsu in die Öffentlichkeit zu tragen.

Dank Lydias Erfahrung, die letztes Jahr die Lebensenergetage im Europark in Salzburg organisierte, stand der Plan schnell fest. Wir drei schaffen das! Mit finanzieller Unterstützung vom Verein JSJ Österreich (die es ab drei mitwirkenden Praktikern gibt) konnten wir Jin Shin Jyutsu mit tollen Rollups und Folder präsentieren. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an die Organisation und an Ulrika Krexner, die mit ihrem Grafiker-Know-how zur Verfügung stand.

Ein liebevoll erstelltes **Programm für Kinder**, hier konnten wir die Erfahrung einer Kindergartenpädagogin nutzen (herzlichen Dank an Rosmarie Schwaiger), Druckwerk und Informationsmaterial für Eltern und interessierte Besucher sowie Bücher (herzlichen Dank an Buchhandlung Wirthmiller) rund um Jin Shin Jyutsu standen bereit. Bestens vorbereitet freuten wir uns auf den ersten Tag.

Da es die erste Baby- und Kindermesse in Saalfelden war, konnten wir nur schwer einschätzen wie diese von der Bevölkerung angenommen wird. Als jedoch von Beginn an die ersten Familien die Messe betraten, war die Aufregung wie weggeblasen. Die anfängliche Nervosität wich schnell der Motivation, so viele Menschen wie möglich zu erreichen.

Bereits am Eröffnungstag kamen viele interessierte Besucher an unseren Stand, um sich über Jin Shin Jyutsu zu informieren. Wir freuten uns über viele bekannte Gesichter (JSJ-Kenner), sowie über die zahlreichen Besucher die von Jin Shin

Jyutsu noch nie bzw. wenig gehört haben. Und auch nicht wussten, dass wir Jin Shin Jyutsu offiziell praktizieren und lehren.

“ Für mich persönlich war die Messe eine wundervolle Erfahrung mit schönen Eindrücken, mit tollen Momenten und der Bestätigung, dass Jin Shin Jyutsu mein Weg ist. Ein Weg, den ich nicht mehr missen möchte. “

Heidi

Während die Kinder begeistert die vorbereiteten Finger-Zeichenblät-

ter ausmalten oder einer Geschichte lauschten, hatten die Eltern Zeit, um in Ruhe Fragen zu stellen und sich über JSJ zu informieren. Die vielen Unterhaltungen, Fragen und das große Interesse ist für uns die Bestätigung wie wichtig es ist Jin Shin Jyutsu für jedermann zugänglich zu machen. Es ist uns eine Herzensangelegenheit die Einfachheit von JSJ zu vermitteln und weiter zu tragen.

Nicht nur die Besucher waren interessiert! Auch die BetreiberInnen der anderen Stände wurden neugierig. Es kam zu einem wertvollen Erfahrungsaustausch untereinander.



# VIELFALTEREI von Hedi Zengerle

Unsere Berufsvertretung in der Wirtschaftskammer ist die „Fachgruppe der persönlichen Dienstleister“. Da sind neben den Humanenergetikern (zu denen Jin Shin Jyutsu nämlich gehört) auch noch die Raumenergetiker, Tierdienstleister und Tierenerge-

tiker, Farb-Typ-Stilberaterinnen und die Astrologen dabei.

## Neue Veranstaltungsreihe

Um diese große BUNTHEIT einmal vorstellen zu können, hat die WK Vorarlberg die Veranstaltungsreihe VIELFALTEREI in Leben gerufen. Anfang Februar war es dann soweit.

Neben zwei Fachvorträgen von Dr. med. Sperlich, die zum Nach- und Umdenken anregten, gab es verschiedene Methodentechniken. Dort informieren sich die zahlreichen Besucher über Wissenswertes zu den einzelnen Berufsgruppen.

Andrea Brunner und ich vertraten die Vorarlberger Jin Shin Jyutsu-PraktikerInnen und es machte viel Spaß. 🌸



## Einmal und nie wieder ... werde ich mich und mein Strömen NICHT vorstellen

von Viola Hölzlsauer

Zur Entspannung und Entkrampfung eines leidlich geplagten Menschen (jener litt seit Stunden an Nierenkoliken) rief mich eine Freundin an; ich möge ihren Mann doch im Krankenhaus strömen. Sie legte ebenfalls beide Hände an.

Einen fanatischen Fußballfan während eines laufenden Spieles zu unterbrechen ist wohl ein No-Go, ein solcher war nämlich der Mitpatient. Nach etwa 40 Minuten strömen – mein Klient inzwischen zutiefst entspannt – hörten wir den Mitpatienten mit seiner Gattin telefonieren, vermeintlich flüsternd, da sein Gehör wohl altersbedingt sehr schlecht war: „Du, der Bettnachbar hat Besuch von einer Sekte ... ganz

unglaublich, die sind seit bald einer Stunde da ... reden nicht ein einziges Wort mit ihm, geschweige denn einen Satz; aber rumfummeln tun sie beide an ihm, seit sie da sind, die zwei von der Sekte!“

Welch Glück, hielten wir doch grad die letzte Sequenz des Stromes. Höchste Zeit, dass wir uns nun vorstellten: Gattin und ich, beide aus der Pflege kommend und strömend. Zu viert haben wir dann gelacht und als er sich gefangen hatte, telefonierte er ein weiteres Mal mit seiner Frau und berichtete aufgeregt, dass sein Nachbar jetzt keine Schmerzen mehr habe seit die von der Sekte ... äh ... die zwei Frauen ... ihn berührt haben! 🌸



Jin Shin Jyutsu

### Für den Inhalt verantwortlich

Jin Shin Jyutsu Österreich,  
Verein zur Bewahrung,  
Verbreitung und Ausübung der  
Kunst des Jin Shin Jyutsu

### Vereinsleitung

**Monika Fiechter-Alber**

6065 Thaur/Tirol

[monika.fiechter-alber@jsj.at](mailto:monika.fiechter-alber@jsj.at)

ZVR-Nr. 876777379

### Beiträge von

Beate Loraine Bauer, Maria  
Baurhofer, Dom Helder  
Camara, Stefanie Holzer, Viola  
Hözlauer, Gabriele Lischka,  
Daniela Niedermayr-Mathies,  
Lydia Salvenmoser, Erika Wenko,  
Monika und Vera Zachbauer,  
Hedi Zengerle

### Gestaltung

Jasmine Hessler-Luger

# ❁ ❁ Jahresvorschau ❁ ❁ ❁ Mitströmen ❁ ❁ ❁ Nachhören ❁ ❁

Eine Jahresvorschau der Ausbildungskurse in Österreich, Italien und Liechtenstein gibt es unter:

[www.jsj.at/de/download-2/aktuelle-kursinformationen/](http://www.jsj.at/de/download-2/aktuelle-kursinformationen/)

Unser Vereinsmitglied **Daniela Niedermayr-Mathies** wurde beauftragt, 3 Kursvideos übers Strömen zu erstellen.

## 3 KOSTENLOSE SELBSTHILFE-FILME!

Das Land Vorarlberg und das Bildungshaus Batschuns wollten **Eltern schnell und unkompliziert Hilfe anbieten** in dieser Zeit, in der man keinen Kurs besuchen oder einen Termin abmachen kann. Entstanden sind drei kleine Filme, hier anzusehen:

Film ab! Zum Ersten!

**Für SchülerInnen** (Konzentration, Beruhigung, Lernen, Immunsystem, Entspannung):

<https://youtu.be/DXKiuGhobPs>



Film ab! Zum Zweiten!

Als **Selbstfürsorge für Eltern** (Achtsamkeit für mich als Mama/Papa, Nervenstärkung, mit der Situation besser umgehen können):

<https://youtu.be/srXZwp8EytM>



Film ab! Zum Dritten!

**Für Eltern mit Baby** (Beruhigung, Schlaf, Zahnen, Ausscheidung ...):

<https://youtu.be/WajVAy87x6k>



„Wegen der Coronakrise wurden schon einige Ausbildungskurse in Österreich storniert. Da es im Moment nicht absehbar ist, ob die geplanten Kurse abgehalten werden können, verzichten wir auf eine Ankündigung.“

## Radiosendung zum Nachhören

Ansichten mit Ulli von Delft, ORF Radio Vorarlberg über  
**Jin Shin Jyutsu – die japanische Heilkunst**



<https://vorarlberg.orf.at/radiostories/3041322/>



## Live-Strömgruppen (inkl. Aufzeichnungen)

[Hier](#) findest du Hinweise und Links zu **Veranstaltungen** der Fakultät vom Mary Burmeister Jin Shin Jyutsu Institute:



<https://ankeoltmann.de/live-stroemgruppen/>