



Jin Shin Jyutsu Schweiz

NEWSLETTER

Spezial 15
9. September 2020



Himmel und Weite
Foto: A. Moeckli

Liebe JSJ Praktikerinnen und Praktiker Liebe Freunde des Jin Shin Jyutsu

Im letzten Newsletter haben wir die Schweizer Praktikerinnen und Praktiker aufgerufen, sich für das Mitmachen und Vorstellen hier im Newsletter zu melden. Überrascht haben wir von der Spurguppe festgestellt, dass die Hemmschwelle dafür recht gross ist. Mit der Möglichkeit, einen Newsletter mitzugestalten, möchten wir all die lieben praktizierenden Seelen unterstützen und sichtbar machen. Inzwischen hat das Angebot bei einigen Praktikerinnen Anklang gefunden – herzlichen Dank dafür! Auch jetzt kannst Du Dich bei Interesse noch bei uns melden.

Da wir zu Beginn nur vereinzelte Rückmeldungen erhielten, komme nun ich in den Genuss, mich und meine Praxis einmal vorstellen zu dürfen.

Ende Juli, nach einer sehr strengen Zeit waren mein Mann und ich unterwegs mit dem Auto in die Ferien nach Frankreich. Ich bin gefahren und merke plötzlich alle Signale für eine beginnende Blasenreizung / -entzündung. Was tun? Mein Mann war so müde, dass er mich nicht ablösen konnte. Strömen und Hand anlegen ging nicht, mache ich auch nicht, wenn ich selber fahre, weil ich immer wieder mal in mir drinnen lande beim Strömen und das kommt beim Autofahren nicht gut. „Der Atem ist der letztendlich der Heiler“ schoss es mit in den Kopf. Also habe ich bewusst ausgeatmet, vorne hinunter - Pause - Atem

empfangen hinten hinauf, gezählt, und visualisiert wie der Atem fließt, in seinem kosmischen Ei, vorne hinab - aus und hinten hinauf - ein. Und siehe da, die Anzeichen und Symptome verschwanden, nach ich weiss nicht wie vielen Atemzügen und Zählern. Ich hatte ja Zeit.

In meinem Tierkurs, an dem ich gerade teilnehme, geht Adèle Leas auf die Affirmationen zu den Körperfunktionsenergieströmen ein und setzt sie in Bezug auf die Tiere. Lungenstrom - ich bin. Ich bin Atem. Sie wendet diesen Strom bei allen Tieren an, die erloschene Augen haben, durch Misshandlungen. Er erinnert sie wieder an Ihr Sein im Atem. Mich hat das wie „wachgerüttelt“, nicht, dass ich dieses „Ich bin“ nicht schon lange kenne. Aber es hat sich nie mit Leben gefüllt. Wir alle sind Atem. Aber häufig vergessen wir genau das im Alltag, durch Erziehung, durch Kultur und sozio-kulturelles Umfeld.

Ich bin Atem.

**Der Atem,
den wir
empfangen,
ist die
einzige
Wirklichkeit.**

Mary Burmeister

**Der einzige Atem,
der wir je sein können,
ist der Atem,
der wir sind.**

Und nun zu mir. Ich bin 1996 zufällig über das Jin Shin Jyutsu gestolpert, ohne tatsächlich irgendetwas gesucht zu haben. Und es hat mich sehr begeistert, auch wenn ich das NIE beruflich machen wollte. Heute habe ich gelernt „niemals nie“ zu sagen. Mich begeistert die Einfachheit und die Wahrhaftigkeit, die ich in dieser Kunst finde und eben nicht nur in der Kunst, sondern permanent und überall auf der Welt, in meinem Leben. Jin Shin Jyutsu IST. Es ging eine Weile, bis mir das klar wurde und ich vom reinen Anwenden ins Jin Shin Jyutsu sein und leben gewechselt habe. Aber da sind wir ja alle auf der Reise.

In meiner Praxis in Küssnacht am Rigi freue ich mich darauf ganz eigene Beziehungen zum anderen Menschen zu erleben und zu spüren, wie alles ein wenig harmonischer wird, häufig eben durch Veränderung des Atems.

Diese Zeit, die hinter uns und vor uns liegt hat vielen den Atem genommen, Unsicherheit nimmt Atem. Ich habe das grosse Geschenk bekommen, meine eigenen Grenzen zu hinterfragen und Fernbehandlungen anzubieten und auch den Schritt zu den online-Selbsthilfe-Kursen gewagt. Auch hier ist ein persönliches, inneres „nie“ gefallen. Wer mich kennen lernen möchte und zu weit weg wohnt, hat also ganz neue Möglichkeiten. Mir gab es auch die Chance, Covid-19 Patienten auf der Intensivstation ein wenig zu harmonisieren und ihre Lebensqualität deutlich sichtbar zu verbessern. Das heisst, wieder in den Atem zu kommen oder Kraft zu schöpfen. Das ist für mich Jin Shin Jyutsu.

Anja Moeckli



Anja Moeckli führt bis anhin die Schweizer Website www.jinshinyutsu.ch

Hier finden Sie Informationen über Jin Shin Jyutsu und angebotene Kurse, können nach Praktikern in Ihrer Region suchen, oder einfach mal im Newsletter-Archiv stöbern, wenn Sie nicht ganz von Anfang an zu unseren Lesern gehören.

Ström Tipp: Die Lungenfunktionsenergie in der Selbsthilfe

Die grosse Umarmung kann als Einstimmung immer jedem Ström Tipp vorangestellt werden.

Wir strömen jeden Abend um 21 Uhr

Der Atem, den wir empfangen ist die einzige Wirklichkeit.

Mit dem Ankerschritt der Lungenstroms, wie abgebildet können auch wir uns wieder daran erinnern.



R re 14 L re 22 und auf der anderen Seite L li 14 R li 22

Abmeldung vom NL unter: kontakt@lebens-oase.ch oder info@inshinjurytsu.ch

Idee und Auftrag Schweizer Jin Shin Jyutsu Praktiker Treffen
Initiative und Begleitung Spurguppe – Ruth, Anja, Esther, Herbert

Inhalt, Gestaltung Anja Moeckli, Herbert Schrepfer
Fotos Anja Moeckli,
Redaktion, Layout, Versand Herbert Schrepfer
Der Newsletter Spezial 15 erscheint voraussichtlich Mitte September