



Jin Shin Jyutsu Schweiz

NEWSLETTER
Spezial 7
Im Atem IST alles
30. April 2020



Liebe JSJ Praktikerinnen und Praktiker Liebe Freunde des Jin Shin Jyutsu

"Mama kannst du mir nochmals sagen, wie die Hirnsäuberung geht? Das war die Frage einer 10jährigen, die eigentlich gar nicht gerne strömt. Ich fands sooooo cool, dass sie kam und sich erkundigte. Du hast mir in Lenz den Strom von der Gehirnwäsche erklärt."

Dieses Mail erreichte mich letzte Woche.

Und ich hatte doch keine Ahnung mehr, was ich damals gesagt hatte. Und überhaupt: Gehirnwäsche? Ja unbedingt! Ich finde, das ist ein Thema. Wir werden mit so vielen Informationen, so viel Schrott und so vielen Fotos geflutet, dass so ein blütenweisses OMO oder Ariel Hirn einfach mal wieder nötig ist. Und keine Angst! Es werden keine neuen Gedanken „eingepflanzt“ und keine Erinnerungen gelöscht, sondern einfach mal Frühlingsputz im Hirn getätigt, damit wir wieder Platz haben, für neue Ideen, Kreativität, und unser Leben, egal was es gerade von uns fordert.



Und dann habe ich echt nachdenken müssen, was um Himmels Willen ich ihr damals gesagt habe. Denn Kinder möchten ja GENAU den Strom, der schon einmal so toll war. Ich hatte den ersten

Schritt vom Zentralstrom im Sinn oder den Beginn vom 20-21-22-Strom.

Und der war es dann auch. Warum machen wir alle nicht wieder einmal 12 mit gegenüberliegender 20, 21 und 22?

SES 12 hilft uns, anzunehmen, was das Leben uns gerade bietet.

SES 20, versichert uns, dass wir uns an alles, was wir wissen müssen, wenn nötig auch erinnern werden. SES 21 hinterfragt alle geistigen Grenzen, lässt uns über den Tellerrand schauen, und da tun sich plötzlich neue Wege auf. SES 21 heisst für mich: „Ändere „ich kann nicht“ in→ „ich will nicht“, und die Welt wird sich ändern. Und SES 22 bedeutet: Ich bin glücklich und zufrieden, wo immer ich bin, vollständig. Ich kann entspannt und zuversichtlich annehmen, was das Leben gerade so zu bieten hat.

Wem das zur «Gehirnsäuberung» nicht ausreicht, der darf gerne noch den ersten Schritt des Zentralstroms anhängen: Da haben wir unser ganzes Gehirn so schön in unseren Händen.

Also lasst uns strömen, um uns von all den News und Fake-News zu befreien, um unsere Vorstellungen von unserem Leben zu überprüfen, unsere Pläne für die nächsten Wochen und vielleicht Monate zu verändern in Möglichkeiten. Möglichkeiten, die flexibel Raum lassen für alles was noch so an unsere Türe klopfen möchte.

Anja Moeckli

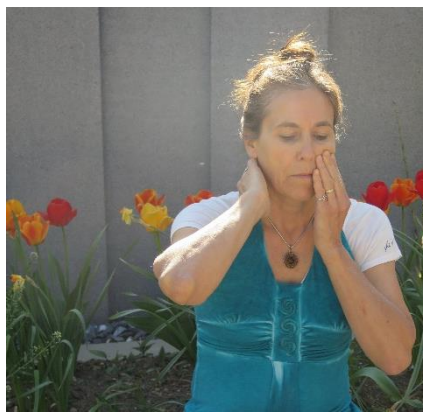
Aus dem 20-22er Strom

Die grosse Umarmung kann als Einstimmung immer jedem Ström Tipp noch vorangestellt werden. Oder wir achten während des Strömens bewusst auf unsere Atmung, im gleichen Sinn wie bei der Grossen Umarmung.

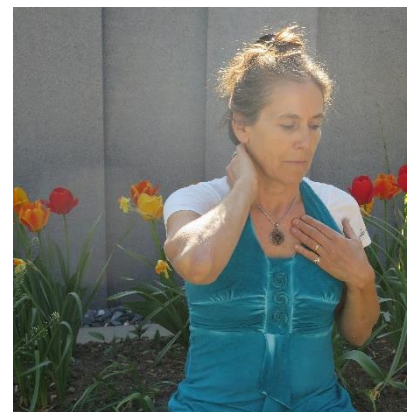
Wir strömen jeden Abend um 21.00 Uhr



R re 12 L li 20



R re 12 L li 21



R re 12 L li 22

- Der Strom kann auch umgekehrt auf der anderen Seite geströmt werden.
- Bleiben Sie auf jeder Position etwa 5 Minuten!

SES 12: Ich bringe die Botschaft: «DEIN Wille geschehe».

SES 20: Ich öffne den Zugang zur universellen Quelle und umfassenden Weisheit.

SES 21: Ich überwinde eigene Begrenzungen und stärke das Vertrauen ins Leben.

SES 22: Ich bin das SES für Vollständigkeit und Glück in jeder Situation.

**Seien Sie offen und vertrauen Sie den Neuerungen in dieser Zeit –
bleiben Sie in ihrer Mitte –
bleiben Sie gesund!**

Daten für kostenfreie Ström-Webinare mit anderen Kursleiter*innen sind hier zu finden:

<https://www.jinshinyutsu.de/aktuelles/aktuelles/artikel/we-are-one-lasst-uns-zusammen-kommen-in-zeiten-von-covid-19.html>

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

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

Inhalt, Gestaltung Anja Moeckli, Herbert Schrepfer
Fotos H. Schrepfer
Redaktion, Layout, Versand Herbert Schrepfer
Der nächste Newsletter Spezial erscheint voraussichtlich am Donnerstag, 7.Mai