

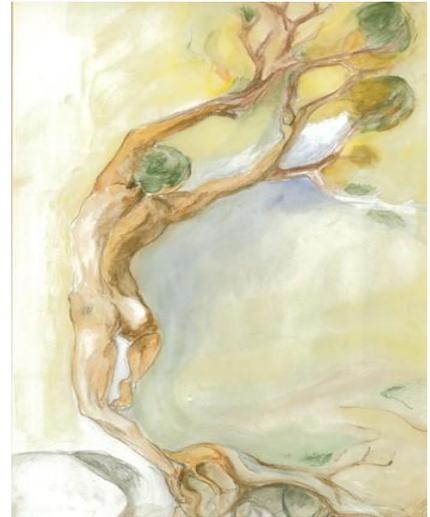


# Jin Shin Jyutsu Schweiz

## NEWSLETTER

Spezial 8  
7. Mai 2020

**Ich bin Glücklichsein  
Ich bin mein eigenes Zeugnis  
Ich bin mein eigenes Schicksal**



Verwurzelt in Himmel und Erde

### Liebe JSJ Praktikerinnen und Praktiker Liebe Freunde des Jin Shin Jyutsu

Ich wurde angefragt, ob ich für den NL Spezial einen Beitrag machen könnte. Ich wohne seit 40 Jahren im Tessin, ganz im Süden, fast an der Grenze zu Italien. Wir waren als erster Kanton in der Schweiz heftig vom Covid-19 betroffen. Wir haben 60'000 Grenzgänger, die jeden Tag zu uns kommen zum Arbeiten. Da Italien, vor allem der Norden, innert kurzer Zeit sehr viele Erkrankte und auch Todesfälle hatte, wurden ab dem 11. März alle kleinen Grenzübergänge geschlossen und alle Gastarbeiter vom Süd Tessin mussten über den Hauptzoll in Chiasso reinkommen. Es war das totale Chaos, 24 / 6, das Gleichgewicht war nicht mehr vorhanden. Es gab kilometerlange Kolonnen in Italien, am Zoll wurde jedes Fahrzeug kontrolliert und ohne Arbeitsbewilligung zurückgewiesen. Nach 3 Tagen hat die Tessiner Regierung ein totales Arbeitsverbot angeordnet, nur noch Lebensmittelgeschäfte durften geöffnet haben. Es gab Kontrollen und Hygienevorschriften mit langen Kolonnen vor den Eingängen, weil im Laden Anstand zueinander eingehalten werden musste. Eine Woche später wurde den über 65-Jährigen verboten selbst einzukaufen. Pfadi, Gemeinden, oder andere Organisationen boten kostenlos Einkauf und Transport der Lebensmittel für diesen Teil der Bevölkerung und auch für andere Risiko Personen und Erkrankte an. Da die Schulen geschlossen wurden, die Kinder zu Hause blieben, konnten auch die Mütter nicht mehr einkaufen und wandten sich an die Lieferdienste von Coop oder Migros. Da gab es in den Anfängen bis zu 2 Wochen Wartefristen für die Lieferungen, also keine brauchbare Alternative. Mittlerweile haben die Senioren, ich gehöre auch dazu, die

Möglichkeit am Vormittag von 8 Uhr bis 10 Uhr Lebensmittel einzukaufen.

Da wir in der Schweiz keine Maskenpflicht haben, gibt es 2 Gruppen, diejenigen die Masken und Handschuhe tragen und die anderen, die sich ohne Schutz sich in der Öffentlichkeit bewegen. In den Einkaufsgeschäften spürt man daher häufiger Wut und Unverständnis, die Toleranzgrenze wird viel überschritten und vermehrt gibt es so etwas wie Psychoterror. Eine Gruppe verteidigt die eigene Freiheit und die andere beschuldigt die nicht Maskentragenden mit Unvernunft, vor allem wenn der vorgeschrieben Abstand nicht eingehalten wird. Es kommt vor, dass mit Beschuldigungen über Ansteckung, Leiden bis zum Tod mit wüsten Schimpfwörtern zu der betreffenden Person geschleudert werden. Auch in den Medien werden vermehrt Kritik und Anschuldigungen von Fehlverhalten verbreitet. Ich bemerke, dass nach der Angst jetzt die Wut überhandnimmt. Mary sagt, **Wut ist destruktives Denken, das den Körper von der Seele trennt.**

Ab 4.Mai wird der Kanton Tessin wie der Rest der Schweiz die Anordnungen vom Bundesrat befolgen. Schrittweise werden wir wieder zur Normalität unter Einhaltung von Hygiene und Abstandsvorschriften zurückkehren.

Die grosse Frage ist, wie weit wollen wir eine Normalität wie gehabt. Vielleicht hat uns das zu Hause bleiben gezeigt, dass weniger auch mehr sein kann. Jeder Einzelne kann entscheiden mit welchen Gedanken er sich befasst. Das SES 19 am Ellbogen hilft uns dabei, wenn Gedanken, die uns nicht gut tun, überhandnehmen, zu blockieren. Mary sagt: **«Lass dir keine Gedanken durch den Sinn gehen, die du nicht manifestiert sehen willst»**

## Ström Tipp um 13 – 14 – 15 Ebene zu harmonisieren

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**



**Hilft der Brustebene, hilft dem Atem, gibt emotionales und mentales Gleichgewicht**

SES 13 Liebe deine Feinde

SES10 Speicher der Fülle

Halte mit der linken Hand SES hohe 19 am rechten Oberarm

Halte mit der rechten Hand SES hohe 19 am linken Oberarm



**Hilft der Taillenebene, hilft Verdauen von Nahrung, Gedanken und Erlebtes, bringt Sonne in uns**

SES 14 verbindet oben mit unten

SES 19 Natürliche Autorität, nichts und niemand hat Macht über mich, auch meine Gedanken nicht

SES 23 Herrscher des menschlichen Schicksals

Halte mit der linken Hand SES 19 am rechten Ellbogen

Halte mit der rechten Hand SES 19 am linken Ellbogen



**Hilft der Hüftebene, hilft allen aufsteigenden Strömen**

SES 15 der Freudenbringer, lache, sei glücklich,

Halte mit der linken Hand SES 15 in der linken Leiste

Halte mit der rechten Hand SES 15 in der rechten Leiste

## Ein spezieller Kurzgriff für eine Regenerierung unseres ganzen «Seins»

Gut anwendbar in der Nacht, wenn man nicht wieder Einschlafen kann.



**Hilft dem Vermittler- und Betreuerstrom, allen Organströmen, allen SES, allen Rückenwirbeln, den Nerven, entlastet die Schultern**

Verschranke die Hände wie zum Gebet und bringe die Innenseite der Knie zusammen.

Je länger man diese Position hält, desto mehr können wir «Baustellen» oder alte Projekte spüren. Dann wende deinen Atem an, um zu harmonisieren wie Mary sagt:

**Man kann mit dem Atem allein arbeiten, um Heilung und Fülle in die betroffene Gegend schicken.**

**Der Atem ist alles  
Ich werde von einer Kraft geführt, die grösser ist als mein eigenes  
Verlangen**

### **We Are ONE – weitere kostenlose deutsche Live-Webinare ab dem 7.05.2020**

**7. Mai, Mona Harris**

Zugangslink: <https://event.webinarjam.com/go/live/40/948wrhgphwsqs7>

**11. Mai, Petra Elmendorff**

Zugangslink: <https://event.webinarjam.com/go/live/41/0n73pc8qu1s7s2>

**14. Mai, Martina Six**

Zugangslink: <https://event.webinarjam.com/go/live/42/o8n5piw0cxsgs0>

**18. Mai, Waltraud Riegger-Krause**

Zugangslink: <https://event.webinarjam.com/go/live/43/84on6hn6aps0so>

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

<https://www.jinshinjyutsu.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](mailto:kontakt@lebens-oase.ch) oder [info@inshinjyutsu.ch](mailto:info@inshinjyutsu.ch)

**Idee und Auftrag** Schweizer Jin Shin Jyutsu Praktiker Treffen

**Initiative und Begleitung** Spurgruppe – Ruth, Anja, Esther, Herbert

**Inhalt, Gestaltung** Agnes Livi

**Fotos** Agnes Livi

**Redaktion, Layout, Versand** Herbert Schrepfer

Der nächste Newsletter Spezial erscheint voraussichtlich am Donnerstag, 14. Mai

## In eigener Sache

### Abschied



**Brigitte Purner**  
23.11.1951 – 26.4.2020

*Die Wege,  
die wir miteinander gingen;  
die Zeit,  
die wir miteinander gestalteten;  
die Stille,  
die wir miteinander erlebten;  
die Gespräche,  
die wir miteinander führten;  
die Erinnerungen,  
die uns bleiben  
sind Geschenke für uns.*

Auch in der Schweiz trauern wir um Brigitte Purner und müssen Abschied nehmen.

Den Angehörigen von Brigitte möchten wir an dieser Stelle unsere tiefempfundene Anteilnahme ausdrücken. Wir wünschen der ganzen Familie viel Kraft und Vertrauen, die hilft, in der Zeit der Trauer, den Weg zurück ins Leben zu finden.

In der Schweiz, im nahen Österreich und in Liechtenstein duften viele Schweizer Praktiker /Praktikerinnen und Kursteilnehmer Brigitte Purner kennenlernen. Brigitte trug wesentlich dazu bei, dass ein JSJ-Kurs, der in englischer Sprache unterrichtet wurde, für alle, die mit grosser Konzentration den englischen Ausführungen zuhören mussten, den ganzen Kurs zu einem tieferen Erlebnis werden liess. Sie übersetzte die englischen Ausführungen mit bewundernswerter Kompetenz einfühlsam und direkt in ins Deutsche. Dabei war sie aber nicht nur Dolmetscherin zwischen Englisch und Deutsch, sondern



Brigitte am 5Tageskurs in Dietikon.

übermittelte auch die Jin Shin Jyutsu-spezifischen Inhalte in ihrer verständlichen Sprache an die Kursteilnehmer. Man spürte sofort, dass Jin Shin Jyutsu auch ihre Welt war, in der sie intensiv lebte. Ihr Engagement über viele Jahre für Jin Shin Jyutsu, u.a. auch als Organisatorin, wird vor allem in ihrer Heimat unvergessen bleiben und weiterwirken.

Im Begleittext des Vereins Jin Shin Jyutsu Österreich steht:

*«...die Erinnerungen, die uns bleiben,  
sind Geschenke für uns.»*

Brigitte machte an allen Kursen, wo sie dolmetschte, vielen ein grosses Geschenk. So vermissten wir Brigitte am 5Tageskurs mit Carlos Gutierrez in Appenzell. Wir alle danken dir dafür, dass du uns und unsere Kurse auf deine sympathische und unvergessliche Art begleitet hast. So tragen wir alle ein Bild von dir im Herzen, und wir bleiben über die Kunst des Jin Shin Jyutsu mit dir verbunden.

Herbert Schrepfer

Zu deinem Andenken gibt es aktuell auf Youtube einen wunderbaren Einblick in deine Welt des Jin Shin Jyutsu, der unsere Herzen tief berührt. Der Link dazu: <https://youtu.be/cHh2nIHKSP4>

