



# Jin Shin Jyutsu Schweiz

## NEWSLETTER

Spezial 11  
10. Juni 2020

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



Foto: H. Schrepfer

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

In den letzten vier Wochen haben wir uns in unserer privaten Studiengruppe mit SES 17 und 18 beschäftigt. Und beide haben mich so bezaubert, dass ich Euer Augenmerk auf diese beiden lenken möchte.

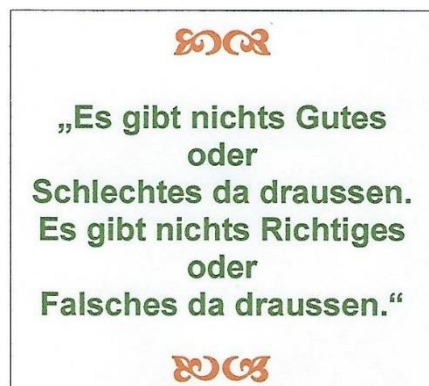
Ich glaube, beide SES können wir in diesen Zeiten unheimlich gut gebrauchen. SES 17 bringt uns zurück zu uns selbst, lässt uns authentisch sein und unsere natürliche Intelligenz entfalten. Vielleicht reden wir da über den gesunden Menschenverstand, der heute wichtiger ist, denn je. Mit der 17 können wir uns in uns selbst zu Hause fühlen und Selbstvertrauen kann ganz natürlich entstehen. Warum ist das so? 17 ist Geist/Spirit und bringt uns unsere Intuition so dass wir entspannt allen Dingen entgegengehen können, die uns begegnen. Sie ist Teilnehmer im Himmel und auf der Erde, vielleicht also den Kopf in den Wolken und die Füße im Boden verankert, genau wie die 8, deren Verwandte sie ist.

Und SES 18? Es bringt uns das Körperbewusstsein, macht uns klar, dass unser Körper unser jetziges zu Hause ist. Jedes Mal, wenn wir unserem Körper Aufmerksamkeit schenken, beugen wir in kleinen Schritten Disharmonien vor. Gleichzeitig lässt die 18 in Harmonie unsere Persönlichkeit wachsen und uns entfalten. Wir hatten jetzt eine lange Phase, wo wir uns wunderbar um die Bedürfnisse unseres Körpers kümmern konnten. Mehr Ruhe, mehr Raum einfach zu spüren, was wir gerade brauchen. Vielleicht waren wir sogar zu bemüht bei

unserem Körper? Jedes Hüfteln, jedes Kratzen im Hals wurde argwöhnisch beäugt. Jeder andere Mensch und der Kontakt waren potenziell eine Gefahr für unseren Körper.

Jetzt brauchen wir beide 17 und 18 gemeinsam. Dringend! Die Achtsamkeit auf unseren Körper dürfen wir gerne beibehalten, aber gemischt mit der Intuition der 17 können wir entspannt und gelassen durchs Leben gehen. SES 17 bringt uns die spirituellen Botschaften, SES 18 die körperlichen / materiellen - beide in Balance bringen Harmonie. Wenn wir atmen geschieht genau das: 17 - Geist wird 18 - Materie. wird 17 - Geist wird ... usw. Einatmen und Ausatmen, der ewige Kreislauf des Lebens in unserer Hand. Wie schön, dass wir beide so einfach miteinander halten können!

Anja Moeckli



**„Im Herzen unseres Seins  
besteht ein leiser Puls  
vollkommener Harmonie.“**

3 Zitate  
Mary Burmeister

## Ström Tipp: SES 17 und SES 18

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

**Wir strömen jeden Abend um 21 Uhr**



SES 17



SES 18



SES 17 und 18 gemeinsam

**SES 17: Ich bringe vollkommene Entspannung, Intuition und Kraft zu Aufbruch und Erneuerung**

**SES 18: Ich stärke Körperbewusstsein und Persönlichkeit**

SES 17 und 18 können an einer Hand oder nacheinander an beiden Händen geströmt werden.

WE ARE ONE – neue Termine gibt es unter

<http://jinshinyutsu.com> und <https://www.jinshinyutsu.de/de/2020/06/08/neue-termine-fuer-deutsche-we-are-one-webinare-ab-11-06-2020/>

Abmeldung vom NL unter: [kontakt@lebens-oase.ch](mailto:kontakt@lebens-oase.ch) oder [info@inshinyutsu.ch](mailto:info@inshinyutsu.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, Herbert Schrepfer

**Redaktion, Layout, Versand** Herbert Schrepfer

Der nächste Newsletter Spezial erscheint voraussichtlich am Donnerstag, 25. Juni