

## Das Geschenk des Lebens – Strömen durch die Tiefen der Schwangerschaftsmonate als Online Kur

Christine Eschenbach, Berlin

Eine wundervolle Erfahrung, die Tiefen kennenzulernen, ist das Selber strömen der Tiefen durch die Tiefen der Schwangerschaftsmonate. Es gab Anfang des Jahres eine Online Kur dazu, d.h. JSJ Praktikern finden sich zu einer Online -Google Gruppe zusammen und tauschen sich in der Gruppe oder mit mir alleine per Mail oder per Telefon dazu aus.

Das Strömprogramm dazu, das ich für die SELBSTHILFE erarbeitet habe, fasste die neun Monate zu je drei mal drei Schwangerschaftsmonaten zusammen – je einem Trimenon, wie es auch in der Medizin heißt. Tri – 3, -menon – Monat. Es diente dem Gewähr sein der unterschiedlichen Qualitäten der Zeitabschnitte der Schwangerschaft.

Die ersten drei Monate waren bei mir ungewöhnlich still und ich war in Kontakt mit einer großen unendlich tiefen Dunkelheit, die eher mehr auf Grund der Bewertung von Dunkel und sicher auch meiner Erwartungshaltung gewöhnungsbedürftig war. Doch was für Geschenke galt es zu erforschen:

**Im 1. Monat** entwickelt sich die 6. Tiefe und mit ihr unsere **Intuition**, es ist dieses geniale Wissen, wenn plötzlich, blitzartig etwas für mich sonnenklar klar wird. **Meine Intuition** ist frei von gewohnheitsmäßigen Überlegungen, wie etwas immer schon war oder zu machen sei. Intuition ist präzise aktuell und universell zugleich.

Das Geschenk **des 2. Monats**, in der sich die 5. Tiefe entwickelt, ist unser **Ahnungsvermögen**. Es ist noch etwas anderes als Intuition, ich ahne etwas, ist eher weich, unscharf, doch zutiefst weise. Es heißt, dass es verbunden ist mit der Weisheit der Ahnen und eher einem instinktiven Wissen, aus der Erfahrung der gesamten Menschheitsgeschichte lässt es uns als angeborene Qualität wissen, was gut oder nicht gut ist. Dies lehrte mich ein kleiner Junge, den ich die Sequenz des 2. Schwangerschaftsmonats strömte, und der mit seinen Wahrnehmungen die Mutter und mich zu tiefst erstaunten.

**Im 3. Monat**, in dem die 4. Tiefe entsteht, geht es darum, sich für das Leben zu entscheiden. Ein gesunder und freier **Wille**, ermöglicht mir, mich zu entscheiden und mich den Dingen konsequent widmen zu können, genauso wie es gegebenenfalls angebracht ist, also nicht „mit dem Kopf durch die Wand“, sondern in meiner ganzen Kraft und optimal mit meinem Foccus auf Harmonie ausgerichtet zu sein.

Mein Schicksal wieder selbst in die Hände nehmen zu können, ist meine Lieblingsformulierung für SES 23, dem einzigen SES der 4. Tiefe.

Für mich war der 3. Monat sehr turbulent, mit dem was sich zeigen wollte und ich merkte, dass es anderen auch so ging und dass die vorgesehenen drei Tage pro Monat nicht immer reichen werden, wenn Themen, während der eigenen Schwangerschaft auftauchen, die Folgen für das Verhalten im bisherigen Leben hatten. Also gab ich die „Struktur des Ablaufs“ frei. Wir hatten von Anfang an aus der Erfahrung der anderen Kuren vor und nach dem Strömen der drei Tage eines Monats einen sogenannten 13. Tag eingeschoben, an dem wir etwas geschehen lassen konnten, bis es reif war, uns einfach auch mal ein erholendes „Nichts“ gönnen konnten, wissend und die Konsequenz aufbringen können, immer wieder in die Kur zurückkehren zu können.

Das Strömen der Monate hat einen technischen Aspekt, das sind die Strömfolgen, wie sie in der uns bekannten Tabelle vorgegeben sind und einen stimmungs- gestimmt sein Aspekt, dafür gibt es die Einstimmung durch die Bauchübung sich **glücklich** zu fühlen 1. Trimenon, **seelig zu fühlen** 2. Trimenon, denn in diesem Abschnitt kommt mit dem Funken der 7. Tiefe die Seele in den Körper. Im 3. Trimenon ging es um das sich **innig zu fühlen** können, als Vorbereitung nach der Geburt im Außen sein inneres Leben zu können.

Dieses Energie lenken zu können ist wie im richtigen Leben, es macht niemand für uns.... Das ist der in die Irre führende Teil der Romantik. Da wird das Endergebnis oft so gezeigt, als würde der andere mich endlich glücklich machen. Wir selbst wandeln die Bestie zum „Prinz“ durch unserer **veränderte innere Sicht und Gestimmtheit** .

**Mir gefällt die Erklärung der Wirkweise von JSJ als den Körper stimmen, wie ein Musikinstrument, dann wieder harmonisch klingt!**

Es gab auch Themen, die zu entdecken waren, das der Schmerz des Verlustes, ein Leben lang unterschwellig Leben abbremst.

Für die meisten war es erstaunlich behutsam. Eine Teilnehmerin war auf besondere Weise dankbar dafür, weil sie für sich erfahren konnte, wie ganz still und sanft eine gefährliche Wut sich auflösen konnte, was eine große Erleichterung für ihr aktuelles Leben bringt.

Ein anderer Aspekt, den ich erleben konnte ist der, dass auf Grund der langen Geschichte der Menschheit jeder von uns abgespaltene Seelenteile hat, die zu uns gehören, aber irgendwo gefangen sind. Ich erlebte wie sich hier etwas befreien konnte im 7. Monat. Hinterher habe ich erfahren, dass es ganz generell mit der Veränderung der Energie auf der Erde zu tun hat. Weil ich ganz konsequent die Schiene Gebärmutter - Herz - inneres Sehen und Hören halten konnte, passierte es das ich eines der neuen Chakren 1) um die Nase öffnete. wir haben Vollmond im Steinbock. Die Sonne scheint aus dem Steinbock auf den Mond, der im Sternzeichen Scorpion steht. einen ganz lieben Gruß an unseren Nabel- und Nierenfunktionsstrom.

Das Thema Schwangerschaft – ich spüre, was es mit mir macht oder auch nicht macht.

Bis jetzt war das Thema Schwangerschaft sehr mit meinen eigenen Schwangerschaften besetzt. Jetzt ist es das Thema des Ich-selbst-werden.

Ich war, wie man so schön sagt, nicht geplant und zuerst auch nicht gewollt – bis ich mich zum ersten Mal bewegte und dann wurde ich laut meiner Mutter geliebt. Wir hatten ein gutes nahes Verhältnis – und trotzdem ist in mir da ein Gefühl, kein Gefühl zu haben – oft nicht richtig zu sein oder dazuzugehören. Und das, obwohl ich ganz genau weiß dass ich richtig bin.

Deine Fragenkomplexe, liebe Christine, waren für mich bei der letzten Kur und auch jetzt wieder eine richtige Herausforderung.

Danke, liebe Gabriele Mara, dass Du bei Deiner Vorstellung diesen Fragenkomplex gleich so gut in Deine Mail eingebaut hast.

*Wie gelingt es, dieses Liebesgefühl zu erzeugen, in meinen Alltag zu integrieren, und wie unterstützt mich das Strömen???* Ich spüre das Liebesgefühl, das in mir Sein, wenn ich mich ströme, und beim Strömen anderer und manchmal, wenn ich in meiner Ruhe bin, auch wenn das Liebesgefühl in meine Alltagstätigkeiten einfließt. Ich spüre aber auch wieder dieses andere – kein Gefühl zu haben, anders zu sein, nicht dazuzugehören. Und dann ströme ich mich wieder.

Eine interessante und berührende Reise.

**Gabriele Mara**

**Wie gelingt es, dieses Liebesgefühl zu erzeugen, von dem im Grundprogramm der Kur geschrieben wird: Ich liebe JSJ und lebe es jeden Tag, es ist voll in mein Leben integriert und darüber freue ich mich sehr.**

**Wenn ich mich ströme, komme ich in das tiefe Gefühl der Geborgenheit und des Vertrauens, ich bin beschützt und kann mich ent-spannen. So auch heute morgen:**

**Es gelingt mir gut, dieses Liebesgefühl in mir zu erzeugen.**

**Ich hatte im Sommer 2016 ein herrliches Erlebnis, auf der Wasserkuppe in der Rhön, wo ich Schmetterlinge im Bauch für mich, für mein großes Herz, empfinden durfte. Und so kann ich mir diese Erfahrung immer wieder hervorrufen. Im Arbeitsalltag gelingt es mir weniger, als in meinem geschützten Raum zu Hause. Aber es wird immer ein Stück mehr. Das Strömen unterstützt mich auf jeden Fall dabei.**

Silvie:

Jin Shin Jyutsu kenne ich nun schon 15 Jahre und was mich am meisten begeistert, ist, dass es immer noch was Neues zu entdecken gibt. Es wird nie langweilig, sondern es bleibt

spannend, genauso wie mein Lebensweg. Immer wieder gibt es neue Erkenntnisse und neue Kreuzungen auf meinem Weg und ich darf erkennen, dass, wenn ich einen Gang runter schalte und einfach bin, sich dann alles zum Guten fügt.

Als meine Mutter mit mir schwanger war (sie war noch nicht volljährig und die Schwiegermutter und Schwägerin warfen ihr vor, sie wolle sich nur einen reichen Bauern angeln und sei deshalb schwanger ...) gab es viele Probleme. Auch war die Geburt sehr langwierig und sehr schwer und schmerzhaft für meine Mutter. Sie konnte die ersten zwei Jahre fast nichts mit mir anfangen. Heute tut ihr das so leid. Wir haben schon oft darüber gesprochen und so langsam kann sie sich verzeihen. Ich habe ihr verziehen. Außerdem war ich als Zwilling angelegt und mein Bruder hat sich im dritten Schwangerschaftsmonat anders entschieden und ist gegangen. Dieses Thema habe ich vor drei Jahren aufgearbeitet und bin seither in einem guten Kontakt mit meiner anderen Hälfte.

Insofern hat mich diese Online-Kur sehr angesprochen und ich bin sehr dankbar, dass ich nun mit euch allen lernen darf.

In der nächsten Online Kur zu unserem Sehnsinn, die Ende April und im Mai als Frühjahrskur angeboten wird, werden wir, dieses Trimenon noch einmal studieren und schauen, wie wir unseren Augen helfen können.

Im Herbst wird der 3. Trimenon in einer Online-Kur in Verbindung mit dem Hörsinn behandelt werden. Wer Interesse hat, meldet sich bitte rechtzeitig bei mir unter JSJ-Fachzeitschrift@posteo.de.

Während der Kur studierten wir die Halswirbelsäule. Denn jeder Wirbel ist einer Tiefe zugeordnet und wir finden der Reihe nach vom 1. bis 7. Halswirbel je eine unterstützende Tiefe für die Tiefe, die sich Monat für Monat in der Schwangerschaft entwickelt. Im 8. Monat steht die 2. Tiefe noch einmal im Zentrum des Entstehens. Diesmal auf einer höheren Ebene, wie die Schwingung des Planeten Uranus, die unserem Leben zur Verfügung gestellt wird. Es ist eine Schwingungsqualität, die uns den Zugang zu anstehenden Neuerungen und Reformen für das eigenen Leben und den Platz, den ich im Leben einnehmen kann, öffnet. Im 9. Monat geht es nochmal um die Entwicklung der 4. Tiefe, hier jetzt auf der Schwingungsebene von Neptun und Pluto. Die Schwingung des Umlaufes des Neptuns um die Sonne hat Einfluss auf das Leben und die wichtige Fähigkeit, gerade im Zeitalter des Smartphones mir meine eigenen Träume bewusst zu machen und leben zu können. In einer harmonischen Plutoenergie beschenkt uns der Kosmos mit einem Zugang zu der Fähigkeit, mich ganz einem Thema des Lebens und den anstehenden Veränderungen hingeben zu können. Dvulkanische Kraft ist eine Eigenschaft, die jede Geburt braucht und diese erst ermöglicht.

Kommentiert [Heltho 1]: Ist Plutoenergie vulkanische Kraft?

- 1) Diese persönliche Entdeckung war wichtig für mich. Auch ich bin ungeplant in das Leben meiner Mutter getreten. Scheine mich auch in den ersten Monaten gut versteckt zu haben (der Arzt erzählte meiner Mutter, sie sei nicht schwanger, was das Schicksal meiner Mutter besiegelt hat, das Kind kam. Sie musste heiraten und von der Protestantischen zur Katholischen Religion konvertieren. Es lag der Schleier des „Sündhaften“ über allem. Ich entdeckte, dass ich mich von daher oft genötigt fühlte, meine Existenzberechtigung beweisen zu müssen. Wie viel unsinnige Bemühung ist damit verbunden. Wie heilend ist es, die selbstaufgelegten Anstrengungen plötzlich liebevoll und lächelnd loslassen zu können. Mit dem Satz für den ersten Trimenon: "ich bin ein Kind der Liebe" und dem konsequenten Strömen konnte diese alte Wunde heilen. Meine katholische Großmutter väterlicherseits war mir nahe und ich konnte ihr versöhnend zulächeln Heinze