

„Alles ist im Atem und in den Fingern“ Jin Shin Jyutsu® Selbsthilfe-Workshop



Jin Shin Jyutsu® ist
„Die Kunst des Schöpfers für den mitfühlenden Menschen“

In diesem Workshop lernen Sie das erste grundlegende Wissen über die Physio-Philosophie des Jin Shin Jyutsu® kennen. Unter meiner Anleitung lernen Sie bewusster zu Atmen~ wir üben die Zwerchfellatmung. Der Energiefluss in und um unseren Körper wird durch Atem-Energielenkungen aktiviert und bei verschiedenen Beschwerdebildern wie z. B. Atembeschwerden, Übelkeit und Schmerzen hilfreich eingesetzt.

Sie lernen Energiepunkte kennen, die an verschiedenen Stellen Ihres Körpers liegen. Indem sie Ihre Hände auf bestimmte Punkte Ihres Körpers legen, helfen Sie der Energie, die Ihren Körper baut und nährt, wieder frei zu fließen und lernen, in welcher Beziehung und Bedeutung die einzelnen Finger zu den 12 Organströmen/Meridianen stehen. Einige Mudras und viele individuelle Selbsthilfetipps mit Beschwerdebildern gebe ich Ihnen gerne mit auf Ihren neuen Weg.

Meine langjährigen gesammelten Erfahrungen aus Einzelsitzungen und Selbsthilfekursen gebe ich mit viel Freude an meine Teilnehmer weiter. Dieses Angebot hat einen anleitenden Charakter zur Selbsthilfe und dient der Tiefenentspannung. Jeder Teilnehmer ist sich dessen bewusst und übernimmt für sich selbst und seine Handlungen die volle Verantwortung.

Anmeldung unter:

Doris Schlaback-Becker

Jin Shin Jyutsu® Praktikerin, Entspannungspädagogin
Tel. 02103 / 5 12 26 , info@schlaback-becker-jinshinjyutsu.de