

NICOLA WILLE
CHRISTIANE KÜHRT

JIN SHIN JYUITSU

JAPONSKA TECHNIKA
UZDRAWIANIA
DOTYKIEM

Jak samodzielnie
przywrócić zdrowy przepływ
energii w ciele i wyeliminować
ponad 50 powszechnych
chorób i dolegliwości

**JIN
SHIN
JYUITSU**

**JAPÓŃSKA TECHNIKA
UZDRAWIANIA
DOTYKIEM**

NICOLA WILLE,
CHRISTIANE KÜHRT

JIN SHIN JYUITSU

JAPONSKA TECHNIKA
UZDRAWIANIA
DOTYKIEM

Jak samodzielnie
przywrócić zdrowy przepływ
energii w ciele i wyeliminować
ponad 50 powszechnych
chorób i dolegliwości

REDAKCJA: Ewelina Kuryłowicz
SKŁAD: Krzysztof Nierodziński
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Nierodziński
TŁUMACZENIE: Małgorzata Rzepka

Wydanie I
Białystok 2021
ISBN 978-83-8272-017-4

Tytuł oryginału: *Jin Shin Jyutsu: Beschwerdefrei durch die sanfte Kunst des Heilströmens*



Published originally under the title Jin Shin Syutsu (see § 2 (1) © 2019 by GRÄFE UND UNZER
VERLAG GmbH, München Polish translation copyright: © 2021 by Wydawnictwo Vital

© Copyright for the Polish edition by Wydawnictwo Vital, Białystok 2020
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem, zanim rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dołożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca ani autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki dla zdrowia, mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.

ILUSTRACJE: Claudia Lieb, str. 40, 41, 42, okładka i skrzydełko wewnętrzne końcowe
WIĘCEJ ZDJĘĆ: ADOBE STOCK: str. 19, 20, 24, 27, 29, 37, 74,78;
FOTOLIA: skrzydełko zewnętrzne końcowe; skrzydełko wewnętrzne początkowe;
GETTY IMAGES: str. 10, 12, 15, 16, 28, 43, 76, 118, okładka wewnętrzna początkowa;
SHUTTERSTOCK: str. 23, 47, 122; STOCKSY: str. 32, 34, 38, 44;
DEPOSITPHOTOS: okładka zewnętrzna początkowa.



15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.vitalni24.pl – detal
strona wydawnictwa: www.wydawnictwovital.pl
Więcej informacji znajdziesz na portalu www.odzywianie24.pl

PRINTED IN POLAND

„Zrób tak jak my: weź zdrowie w swoje ręce!”

Christiane Kührt

Niezależna dziennikarka i autorka, studiowała komunikację społeczną i już od ponad 20 lat intensywnie zajmuje się alternatywnymi metodami uzdrawiania. Ukończyła wiele kursów samopomocy z zakresu Jin Shin Jyutsu. Z zachwytem i sukcesami praktykuje uzdrawiające przepływy u siebie i u członków swojej rodziny.



Nicolla Wille (wcześniej Kessler)

Uznana masażystka i ratowniczką wodną. W latach 80. ukończyła swój pierwszy kurs Jin Shin Jyutsu u Mary Burmeister i praktykowała sztukę uzdrawiania w klinikach rehabilitacyjnych. W 1991 stała się niezależna. Oprócz Jin Shin Jyutsu zajmuje się także kinezylogią, coachingiem zdrowotnym oraz nauką energetyczną Tachyon.



SPIS TREŚCI

TEORIA

Odkryj uzdrawiającą moc dłoni

SZTUKA

SAMOUZDRAWIANIA

Sztuka uzdrawiania z historią

Jiro Murai – twórca

Droga do Ameryki

Uzdrawiająca moc dłoni

Uzdrawianie dłońmi –

prastara sztuka

Co mówi nauka?

Fizjo-filozofia

Tak powstają blokady

Punkty energetyczne jako

rozdzielniki

Całościowe uzdrawianie

Przepływ energii: najlepsza profilaktyka prozdrowotna

Pomoc przy wszystkich

dolegliwościach

9	UZDRAWIANIE ZA POMOCĄ DELIKATNEGO DOTYKU	33
11	Po prostu połóż dłoni	34
	Podstawy	34
12	Uciskanie palców	38
12	Palce jako reprezentanci	38
13	Uciskanie w konkretnym celu	39
16	Uciskanie punktów energetycznych	44
16	Tak zrobisz to dobrze	44
17	Główny prąd centralny – idealna stacja paliw	74
20	ODPOWIEDNI CHWYT DLA WSZYSTKICH PRZYPADKÓW	77
23	Dolegliwości od A do Z	78
25	Natychmiastowe zastosowanie	78
28	Alergie	80
28	Biegunka	80

Ból gardła	81	Problemy żołądkowe	106
Ból głowy	81	Przeziębienie	107
Chrapanie	83	Rany	108
Dolegliwości menstruacyjne	84	Skurcze łydek	109
Dolegliwości reumatyczne	84	Syndrom napięcia	
Gorączka	85	przedmiesiączkowego	109
Hemoroidy	86	Uderzenia gorąca	110
Kaszel	86	Układ odpornościowy, osłabiony	110
Migrena	87	Wstrząs mózgu	111
Nerwobóle twarzy	87	Wyczerpanie	111
Nogi, ciężkie	88	Wymioty	112
Nudności	88	Wzdęcia	112
Opryszczka	89	Zaburzenia krążenia w nogach	113
Paradontoza	89	Zaburzenia odżywiania	113
Problemy skórne	90	Zaburzenia snu	114
Problemy z biodrami	90	Zapalenie oskrzeli	115
Problemy z karkiem	91	Zaparcia	116
Problemy z kolanami	92	Zawroty głowy	116
Problemy z łokciami	93	Zmęczenie	117
Problemy z nerkami	93	Żylaki	117
Problemy z oczami	94		
Problemy z pęcherzem	94	Stosowanie uciskania u dzieci	118
Problemy z plecami	96	Proste łagodzenie bólu	118
Problemy z poduszkami palców	97		
Problemy z sercem	98	Uciskanie	
Problemy z uszami	99	 w nagłych przypadkach	122
Problemy z wagą	101		
Problemy z woreczkiem			
żółciowym	101		
Problemy z zatokami			
przynosowymi	102	USŁUGI	
Problemy z zębami	103	Książki do dalszego przeczytania	126
Problemy ze stawami	104	Pomocne adresy	127
		Indeks haseł	128

ODKRYJ UZDRAWIAJĄCĄ MOC DŁONI

Szukasz zdrowia, dobrego samopoczucia i radości życia i jesteś gotowy, aby wkroczyć na nowe ścieżki? Jeśli tak, to „promieniowanie” Jin Shin Jyutsu jest właśnie dla Ciebie. Ta zadziwiająco prosta sztuka uzdrawiania może być stosowana przez każdego. Opiera się na starożytnej wiedzy wielu kultur i polega na aktywacji mocy samouzdrawiania poprzez dotyk rąk.

USUŃ BLOKADY DELIKATNYM DOTYKIEM

Jin Shin Jyutsu to odkryta na nowo i dalej rozwijana sztuka leczenia z Japonii. Opiera się ona na stwierdzeniu, że złe samopoczucie, dolegliwości i choroby są wynikiem zablokowanej energii. Specjalne punkty energetyczne usuwają te blokady, dzięki czemu energia może ponownie swobodnie płynąć. W tym celu nie należy uciskać ani masować tych punktów, wystarczy jedynie delikatnie dotykać je palcami. Nie tylko przywraca to harmonijny przepływ energii, ale także aktywuje siły samouzdrawiania oraz pomaga lepiej zrozumieć organizm i samego siebie. Toruje to drogę do uzyskania i zachowania zdrowia fizycznego i psychicznego.

Do przepływu energii potrzebujesz tylko swoich dłoni, tej książki i kilka minut dziennie. Co więcej, możesz stosować tę metodę nie tylko u siebie, ale też u swojej rodziny - przyniesie to korzyści każdemu - od niemowlaka do dziadków. Naucz się tej niesamowicie prostej sztuki uzdrawiania, która pomaga przy wielu dolegliwościach i oprócz zdrowia przynosi także entuzjazm, witalność i równowagę. Bowiem tylko ten, kto czuje się dobrze, może w pełni smakować życie.

SZTUKA SAMOUZDRAWIANIA

Kiedy instynktownie położysz dłoń na bolącym miejscu na ciele, już aktywujesz swoje moce samoleczenia. Z Jin Shin Jyutsu możesz wpływać na energię swojego ciała w konkretnym celu.

SZTUKA UZDRAWIANIA Z HISTORIĄ

12

UZDRAWIAJĄCA MOC DŁONI

16

FIZJO-FILOZOFIA

20

PRZEPŁYW ENERGII:
NAJLEPSZA PROFILAKTYKA PROZDROWOTNA

28



SZTUKA UZDRAWIANIA Z HISTORIA

Podstawowa idea Jin Shin Jyutsu opiera się na równomiernym przepływie energii życiowej przez tak zwane kanały energetyczne. Jeśli jednak ten przepływ zostanie zaburzony przez wpływy zewnętrzne lub wewnętrzne i tym samym wytrącony z równowagi, powstają blokady, które mogą powodować dolegliwości i choroby. Poprzez kładzenie palców na konkretnych miejscach na ciele, możliwe jest usunięcie tych blokad i aktywowanie mocy samouzdrawiania.

Wiedza o uzdrawiającej mocy dłoni liczy tysiące lat i znana jest w wielu kulturach. Wraz z rozwojem medycyny konwencjonalnej wiele starych metod leczenia odeszło w niepamięć – w tym także podstawy Jin Shin Jyutsu.

JIRO MURAI – ZAŁOŻYCIEL

Dopiero na początku XX wieku do podstaw Jin Shin Jyutsu ponownie wrócił młody Japończyk – Jiro Murai. Przyszedł

na świat w 1886, w japońskim mieście Taisemura jako syn lekarza. Jego starszy brat kontynuował rodzinną tradycję i tak jak on Murai miał zostać hodowcą jedwabników. Mężczyzna prowadził beztroskie życie, oddając się nadmiernemu piciu i jedzeniu. W wieku 26 lat zachorował tak poważnie, że lekarze nie dawali mu szans na wyzdrowienie. To zmotywowało Jiro Murai do zapoznania się z teoriami wielkich mistrzów. Przeczytał, że niektórzy z nich doświadczali cudu dzięki medytacji i uzdrawiającej sile dłoni. Zaszły się więc w górskiej chacie, pościł, medytował i próbował układania palców w różne pozycje, tak zwane mudry. Był zafascynowany tym, co się z nim dzieje: tracił świadomość. Z dnia na dzień było mu coraz zimniej, aż nagle załała go fala gorąca. Następnie poczuł niespodziewanie ogromny, wewnętrzny spokój i wyzdrowiał. Od tego momentu Murai poświęcił swoje życie uzdrawianiu.

Odzyskiwanie wewnętrznej równowagi

Ze swojego cierpienia Jiro Murai wyniósł naukę: choroby powstają poprzez brak wewnętrznej harmonii. Na samym sobie doświadczył tego, że możliwe jest przywrócenie harmonii gołymi rękami. Jiro Murai zaczął badać dysharmonie, które zaburzają przepływ energii. Swoje doświadczenie połączył z wiedzą starych mistrzów i stworzył swoją sztukę uzdrawiania, której później nadał nazwę Jin Shin Jyutsu.

Biblioteka cesarza

Murai zdobył wiedzę dzięki studiowaniu różnych, częściowo pradawnych źródeł. Pomógł w leczeniu cesarza, który w podziękowaniu dał mu dostęp do cesarskiej biblioteki. W tym skarbcu wiedzy Murai natknął się na „Kojiki”, „księgę starej wiedzy”. Wykorzystywał w praktyce to, co przeczytał tam na temat tradycyjnych sztuk uzdrawiania. Podróżował po całej Japonii, leczyl też bezdomnych i biednych w Tokio.

Mimo że Murai nigdy nie opuścił Japonii, chciał, aby jego wiedza stała się powszechna. Kiedy poznał Mary Burmeister, wiedział, że to ona jest odpowiednią osobą do rozpowszechnienia jego sztuki uzdrawiania na cały świat.

DROGA DO AMERYKI

Mary Burmeister, Amerykanka japońskiego pochodzenia, urodziła się w 1918 roku w Seattle. W połowie lat 40. przeniosła się do Japonii, żeby pracować jako tłumaczka i studiować dyplomację. Jiro Murai poznała w domu wspólnego przyjaciela. Był on pod wielkim wrażeniem inteligentnej kobiety i zadał jej bardzo ważne pytanie: czy chciałaby pani czegoś się ode mnie nauczyć i zabrać to ze sobą w prezencje do Ameryki? Kiedy Mary beztrzesko rzuciła: tak, nie wiedziała, że to jedno słowo zmieni całe jej życie. Przez 12 lat Mary Burmeister uczyła się pod okiem Jiro Murai.

Była nie tylko jego uczennicą, ale także przekonującą ambasadorką przepływu – najpierw przekazała tę sztukę Amerykanom, a następnie Europejczykom.

Sztuka uzdrawiania podbija świat

Mary wróciła do Ameryki w 1953 roku, ale dopiero w 1963 roku – 3 lata po śmierci mistrza Jiru Murai – zaczęła ponownie aktywnie stosować Jin Shin Jyutsu. Dzięki jej wiedzy i doświadczeniu sztuka ta stawała się coraz bardziej

znana. Jej wiedza i doświadczenia krok po kroku dalej przekazywały tę sztukę.

Według Mary Burmeister, Jin Shin Jyutsu należy postrzegać przede wszystkim jako sztukę uzdrawiania, a nie jako niezmienną metodę leczenia. Jak stale podkreślała, sztuka wymaga zrozumienia, jest kreatywna, żywa i pozostaje otwarta na to, co nowe. Niestrudzenie krzewiła tę wiedzę wśród wielu swoich uczniów na całym świecie.

Jin Shin Jyutsu, Reiki, akupunktura – w czym tkwią różnice?

Reiki:

Zarówno Jin Shin Jyutsu jak i Reiki to japońskie sztuki uzdrawiania. W obu przypadkach podstawą jest przepływ energii życiowej, który zapewnia zdrowie. Reiki pracuje z czakrami, symbolami i regułami, a przepływ energii może być aktywowany tylko przez wtajemniczenie, przeprowadzane przez mistrza Reiki. W przypadku Jin Shin Jyutsu, chodzi o 26 punktów energetycznych, dzięki którym można usunąć blokady. Punkty te pomagają także rozpoznać przyczyny dolegliwości i tym samym, poznać samego siebie. Jin Shin Jyutsu może stosować każdy – na sobie oraz na innych.

Akupunktura:

Doktor Christoph Roggendorf w swojej pracy doktorskiej porównał akupunkturę z Jin Shin Jyutsu. Uznał, że obie sztuki uzdrawiania bazują na 12 różnych kanałach narządów (nazywanych w akupunkturze meridianami). Mimo nieco innego przepływu, te kanały energetyczne mają te same punkty początkowe i końcowe. Nie jest to nic dziwnego, bowiem obie sztuki uzdrawiania mają te same korzenie historyczne.

Roggendorf uznał, że pierwotne, ustnie przekazywane podstawy Jin Shin Jyutsu stanowiły bazę dla akupunktury. Przekazywane przez Jiro Murai, zmodyfikowane Jin Shin Jyutsu jest z kolei postrzegane przez Roggendorfa jako rozszerzona filozofia akupunktury.



Jin Shin Jyutsu to sztuka uzdrawiania. Każdy może ją stosować na sobie oraz na innych

Obecnie w ponad 20 krajach działają terapeuci Jin Shin Jyutsu. Wielu z nich było uczonych jeszcze przez Mary Burmeister. Każdy, kto spotyka się z Jin Shin Jyutsu, usłyszy słowa: jak mówi Mary... Sposób nauczania, jej cytaty, myśli i mądrości życiowe zostały opublikowane przez jej uczniów w książce „What Mary says...” (indeks literatury, patrz: str. 126). Mary Burmeister jest uosobieniem filozofii Jin Shin Jyutsu. Do końca swojego życia mieszkała w Scottsdale w Arizonie.

Tam założyła centrum Jin Shin Jyutsu, które oferuje wykłady, seminaria i szkolenia (adres na str. 127).

„Jin Shin Jyutsu” dosłownie

Jin oznacza wiedzącego, współczującego człowieka, shin to stwórca, a jyutsu - sztuka. Pierwotnie tłumaczono to jako „sztuka stwórcy przez współczującego człowieka”. Mary Burmeister interpretowała tę nazwę jako: sztuka poznania samego siebie i sztuka pomocy samemu sobie.



ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:

www.wydawnictwovital.pl



AKUPRESURA – PROSTA I SKUTECZNA METODA UZDRAWIANIA

dr Franz Wagner



Dzięki tej książce zyskasz umiejętności korzystania z terapii wywodzącej się z Tradycyjnej Medycyny Chińskiej. Akupresura, czyli masaż odpowiednich punktów na ciele, pomoże Ci pokonać ból mięśni, stawów i kości. Przywrócisz równowagę energetyczną yin i yang i odzyskasz zdrowie. Wzmocnisz swoje zdolności samoleczenia dzięki akupresurze i poprawisz zdrowie. W tej książce znajdziesz dokładne objaśnienia kanałów energetycznych, czyli meridianów, oraz punktów do bezpiecznej akupresury w domu. Zyskasz szybką pomoc w pokonywaniu codziennych dolegliwości i chorób, a nawet w nagłych i przewlekłych bólach, od reakcji alergicznych do bólu zębów. Dzięki praktycznym instrukcjom odnajdziesz najważniejsze punkty akupresury. Samoleczenie dzięki akupresurze.

MASAŻ CHIŃSKI TUI-NA DLA POCZĄTKUJĄCYCH

Zdzisław Drobner



Ta książka to obowiązkowa lektura dla wszystkich, którzy chcieliby poznać praktyczne aspekty masażu Tai-Nu i tym samym wzbogacić swój warsztat zawodowy. Dzięki niej nauczysz się bezpiecznej i skutecznej techniki uzdrawiającej, która sprawdzi się w leczeniu wielu powszechnych chorób i dolegliwości. Przywrócisz zdrowie swoim pacjentom, regulując przepływ energii qi w meridianach zgodnie z zasadami Tradycyjnej Medycyny Chińskiej. Korzystając z tego podręcznika dla masażystów, nie tylko uśmierzysz ból stawów czy poradzisz sobie z dysfunkcjami mięśni, stawów i kości, ale też wyeliminujesz infekcje dróg oddechowych czy problemy z układem trawiennym. Zastosuj prostą i bezpieczną terapię na wiele dolegliwości!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.vitalni24.pl tel. 85 654 78 35



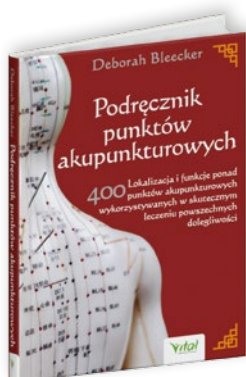
ŚWIATOWE BESTSELLERY DLA CIEBIE – SPRAWDŹ:

www.wydawnictwovital.pl



PODRĘCZNIK PUNKTÓW AKUPUNKTUROWYCH

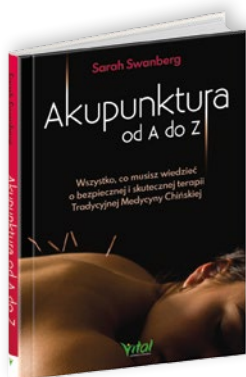
Deborah Bleecker



Ciepło, mrowienie, swędzenie, drętwienie, a nawet ból. To dobre symptomy! To znak, że dzięki samodzielnej stymulacji punktu akupunkturowego aktywowałeś go. Akupunkturzyści nazywają to „uzyskiwaniem qi”. Jest to niezbędne, aby naturalne terapie Tradycyjnej Medycyny Chińskiej – akupunktura lub akupresura – zadziałały. Z tym poradnikiem samodzielne zlokalizowanie punktów akupunkturowych na ciele nie będzie stanowiło problemu. Nauczysz się tego dzięki jasnym wskazówkom Autorki, doświadczonej akupunkturzystki. Ta książka zawiera szczegółowe opisy, funkcje i zastosowanie ponad 400 najpopularniejszych punktów akupunkturowych na meridianach i nie tylko. Przekonasz się, że ten rodzaj terapii pomaga w uzdrowieniu wielu dolegliwości i chorób. Zaufaj terapii znanej od tysięcy lat i odzyskaj zdrowie!

AKUPUNKTURA OD A DO Z

Sarah Swanberg



Licencjonowana akupunkturzystka i terapeutka Tradycyjnej Medycyny Chińskiej stworzyła unikalny poradnik dla wszystkich zainteresowanych tematem akupunktury. Znajdziesz w nim odpowiedzi na najczęściej zadawane pytania: czy akupunktura boli? Co można wyleczyć za pomocą akupunktury? W jaki sposób wybrać odpowiedniego akupunkturzystę i jakie kwalifikacje powinien posiadać? Poznasz również historię akupunktury oraz najnowsze badania naukowe, które potwierdzają jej skuteczność w leczeniu wielu dolegliwości. Dowiesz się, w jaki sposób z jej pomocą wyeliminować depresję i różnego rodzaju bóle, np. ból głowy, kręgosłupa czy brzucha, poprawić pamięć i koncentrację, wzmocnić odporność, schudnąć, wyleczyć trądzik i wiele innych. Wszystko co musisz wiedzieć o akupunkturze!

ZAMÓW JUŻ TERAZ  TO TAKIE PROSTE

www.vitalni24.pl tel. 85 654 78 35



STUDIUM PSYCHOLOGII PSYCHOTRONICZNEJ

BIAŁYSTOK ☯ WARSZAWA ☯ KATOWICE



Wiesz, jak ważny jest dla Ciebie rozwój duchowy (osobisty).
Masz chęć pomagania sobie i innym.
Zależy Ci na pogłębieniu wiedzy,
którą zdobyłeś wcześniej z książek lub kursów.

Zapraszamy na kierunki:

- ✓ **TERAPIE NATURALNE**
- ✓ **MISTRZOWSKA SZTUKA WRÓŻENIA**
- ✓ **PSYCHOLOGIA PSYCHOTRONICZNA**
- ✓ **ODNOWA PSYCHOBIOLOGICZNA**

- Rozwiniesz intuicję, zdolność jasnowidzenia i nawiązywania kontaktów z duchowymi przewodnikami;
- Nauczysz się stosować w praktyce astrologię, numerologię, runy, Tarot, hipnozę;
- Otrzymasz z rąk mistrzów umiejętność korzystania z najważniejszych działów wiedzy ezoterycznej;
- Stworzysz zdrowe warunki życia dla siebie i swoich bliskich zgodnie z medycyną energetyczną i feng shui;
- Poznasz nowych, wspinających ludzi, którzy idą podobną DROGĄ.

Twój czas na rozwój!

www.studiumzycia.pl, tel. 609 602 624
15-762 Białystok, ul. Antoniuk Fabryczny 55/19
Białystok, Warszawa, Katowice





ZDROWIE • ENERGIA • WITALNOŚĆ

Medycyna naturalna

Zioła, nalewki

Książki o zdrowiu i odchudzaniu

Publikacje o zdrowym odżywianiu

Lampy solne, dyfuzory

Produkty prozdrowotne

E-booki i audiobooki

PROMOCJE | ATRAKCYJNE CENY
SZYBKA DOSTAWA | UNIKALNA OFERTA

Zdobądź własny klucz do zdrowia

www.vitalni24.pl
tel. 85 654 78 35





JIN SHIN JYUTSU to tradycyjna japońska sztuka uzdrawiania, która, podobnie jak akupresura, opiera się na przywróceniu równomiernego przepływu energii życiowej w kanałach energetycznych. Delikatny ucisk, masaż lub przykładanie dłoni do konkretnych punktów energetycznych pozwoli ci usunąć blokady i wyeliminować popularne choroby i dolegliwości. I to bez żadnych skutków ubocznych!

Autorki odkryją przed tobą umiejscowienie 26 punktów energetycznych oraz przypisywane im określone narządy, obszary ciała i emocje. Dzięki informacjom zawartym w tym poradniku dowiesz się, w jaki sposób, wykorzystując swoje dłonie, dotrzeć do wszystkich meridianów, energii narządów oraz pięciu blokujących elementów. Odkryjesz, które punkty energetyczne uciskać i jak długo, by wyeliminować trapiące cię dolegliwości.

JIN SHIN JYUTSU POMOŻE CI W:

- wyeliminowaniu bólu,
- zrzuceniu zbędnych kilogramów,
- uzdrowieniu z alergii, problemów ze stawami, sercem, żyłakami, zaparciami, migreną czy kaszlem,
- profilaktyce wielu popularnych chorób i dolegliwości,
- uruchomieniu procesów uzdrawiających w organizmie,
- wzmocnieniu układu odpornościowego,
- odzyskaniu wewnętrznej równowagi energetycznej,
- osiągnięciu witalności i promiennego wyglądu,
- odprężeniu i relaksie,
- zrozumieniu swojego organizmu.



JIN SHIN JYUTSU DELIKATNY UCISK PRZYWRACAJĄCY ZDROWIE!

Patroni:

