

仁
神
術

Jin Shin Jyutsu®

Auto Ajuda

Natural e Positiva

para Projetos Críticos

As informações contidas neste folheto não têm a intenção de substituir diagnóstico ou tratamento médico.

A Autora crê, com base em sua própria experiência e crenças, que as informações aqui apresentadas são para apoio e compatíveis com a prática Médica e/ou qualquer outro enfoque Complementar.

As informações contidas neste folheto têm a intenção de complementar, não de substituir, as orientações de seu prestador de cuidados de saúde. O seu prestador de cuidados de saúde deverá sempre ser consultado sobre suas necessidades e sintomas individuais que podem exigir diagnóstico ou atenção médica. A experiência pessoal da autora e de outras pessoas contidas neste folheto não tem a intenção de substituir diagnóstico e tratamento de seu prestador de serviços de saúde.

As marcas Jin Shin Jyutsu® e Kanji são marcas registradas da Jin Shin Jyutsu Inc. e são aqui utilizadas com a permissão da Jin Shin Jyutsu Inc. Todas as referências a Mary Burmeister são feitas com permissão da Jin Shin Jyutsu Inc. e do Espólio de Mary Burmeister. Todos os direitos reservados.

Os materiais aqui contidos representam as opiniões e declarações da autora e não necessariamente representam as opiniões, declarações e políticas da Jin Shin Jyutsu Inc.

Nada neste livro deverá ser entendido como orientação ou tratamento médico. Este livreto é somente para fins de informação e não para diagnóstico, receita ou tratamento de qualquer tipo de distúrbio de saúde. As informações contidas neste livro têm por objetivo complementar e não substituir as orientações de seu prestador de serviços de saúde. Siga sempre as orientações de seu prestador de serviços de saúde. O seu prestador de cuidados de saúde deverá sempre ser consultado sobre suas necessidades individuais e sintomas que podem exigir diagnóstico ou atenção médica. A experiência pessoal da autora e de outras pessoas contidas neste folheto não tem a intenção de substituir diagnóstico e tratamento de seu prestador de serviços de saúde. A autora e a Jin Shin Jyutsu Inc. não são responsáveis pelo uso inadequado do material aqui contido.



Jin Shin Jyutsu®

“A Arte do Criador através do Homem
Compassivo”

(Uma Arte de Toque Suave)

Físio - Filosofia
(Consciência de Mim Mesmo)

Físio - Psicologia
(Compreensão de Mim Mesmo)

Físio - Fisiologia
(Técnica para Mim Mesmo)

Em memória de amor e gratidão a
Mary Burmeister.

A Jornada de Marie

"Quando eu fui diagnosticada com câncer de seio em 2005 e tive um relapso em 2007, eu usei todo o material dos 3 livros de Auto-Ajuda de Mary Burmeister para me auxiliar e apoiar na minha jornada. Usando minhas mãos diariamente em seqüências simples de Auto Ajuda de Jin Shin Jyutsu, eu consegui aliviar o stress, acalmar minha dor e liberar meus medos e preocupações. Muitos dos efeitos colaterais e desconfortos causados pelos tratamentos eram rapidamente aliviados.

Ser capaz de ajudar a mim mesma me trouxe o sentimento de poder. Minha família se envolveu nos meus cuidados. Isso transformou o que poderia ter sido uma jornada solitária em uma experiência compartilhada preciosa."

O que eu compartilho neste livro é minha visão pessoal de Jin Shin Jyutsu.

Marie Blackford.(Praticante de Jin Shin Jyutsu / sobrevivente de câncer)

Visite www.jsjinc.net na página **23** para mais informações.

Para informações no Brasil, nossos contatos são:

Escritório Brasileiro do Jin Shin Jyutsu
Rua Machado Bittencourt, 205 Conjunto 51
São Paulo SP 04044-000
(11) 2337-3966
contato@jsjbrasil.com.br
www.jsjbrasil.com.br

Redes Sociais:

www.facebook.com/jsjbrasil
www.twitter.com/jsjbrasil
www.youtube.com/user/jsjbr

Origens

Traduzido do japonês, 'Jin Shin Jyutsu' significa "A Arte do Criador através do Homem Compassivo". Os ensinamentos de Jin Shin Jyutsu englobam todos os aspectos do ser: Espírito, Mente e Corpo.

Jin Shin Jyutsu é uma Arte de cura que pode ser aplicada em si mesmo e nos outros. Baseia-se em nossa capacidade inata e natural de equilibrar nossa energia vital e atingir as melhores condições de saúde para superar o stress, fadiga e doença.

Os princípios de Jin Shin Jyutsu eram bem conhecidos em tempos remotos.

No início do século 20, Jiro Murai, japonês de longa linhagem de médicos, começou a decodificar esses mistérios. Sua pesquisa o levou à única documentação remanescente desta Arte Antiga, contida em um livro chamado "A Medicina Interna Clássica Amarela do Imperador". Depois de muitos anos de estudo e pesquisa, Jiro Murai deu a esta Arte o nome de Jin Shin Jyutsu.

Seus três alunos principais eram Mary Burmeister (uma jovem descendente de japoneses e americanos), seu pai, Uhachi Iino, e Haruki Kato.

Quando de seu retorno aos EUA o Mestre Jiro Murai pediu a Mary Burmeister para levar a Arte de Jin Shin Jyutsu para a América como um presente. A partir de então, Mary dedicou sua vida ao ensino, estudo, prática e desenvolvimento de Jin Shin Jyutsu, até sua morte em janeiro de 2008.

Através de Mary Burmeister, o estudo, prática e ensino de Jin Shin Jyutsu é hoje conhecido em todo o mundo. O corpo docente tem sede em Scottsdale, Arizona, USA.

Sensei Huariki Kato continua a ensinar Jin Shin Jyutsu no Japão.

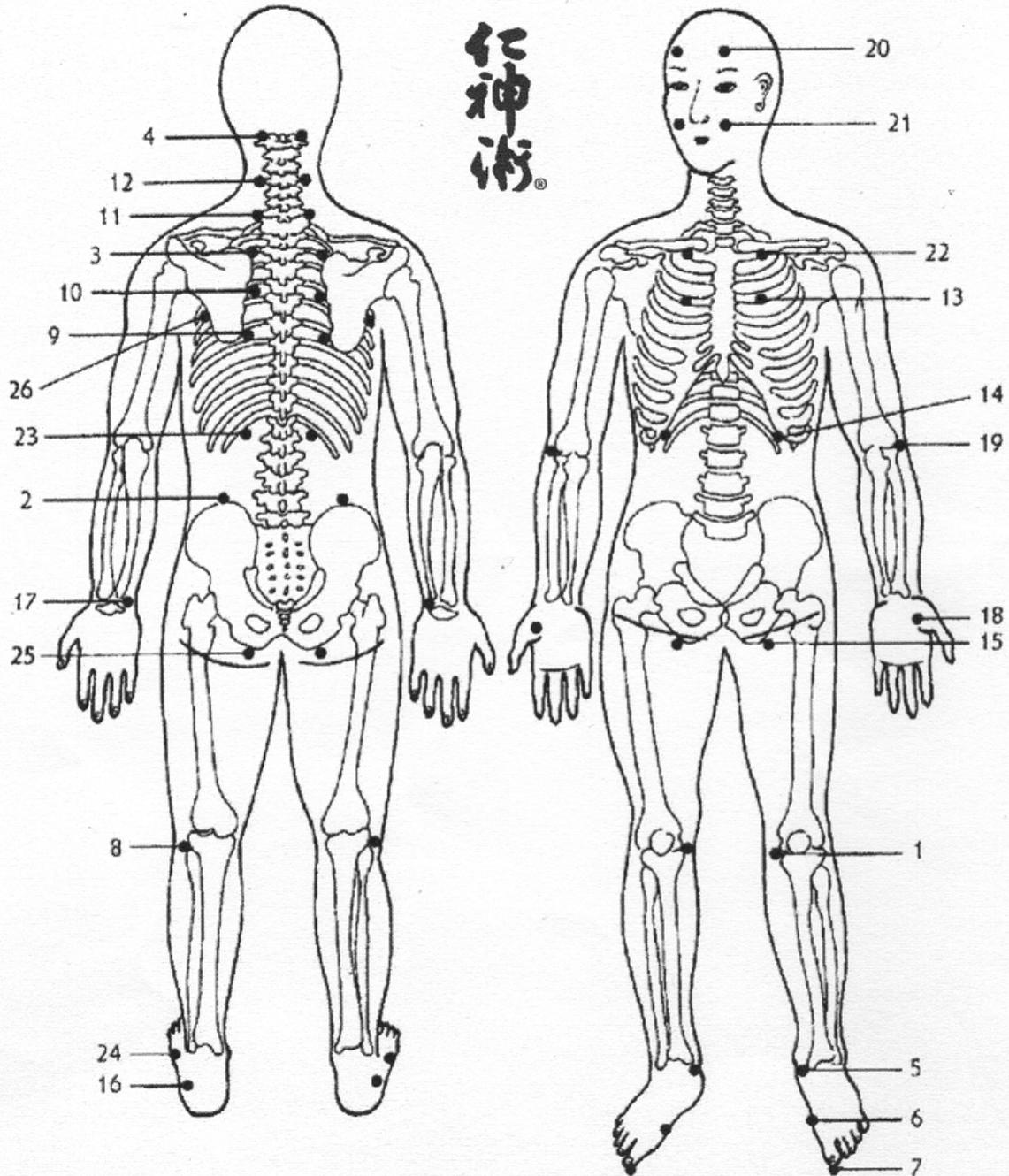
A Arte

Jin Shin Jyutsu utiliza 26 Travas de Segurança de Energia ao longo de caminhos da energia no corpo (vide página [6](#)).

O toque suave nestas Travas de Segurança de Energia ajuda a desbloquear a estagnação, permitindo que a energia (circulação) flua uniformemente novamente, restaurando o equilíbrio entre Espírito, Mente e Corpo.

1. Usando nossas mãos como 'cabos de recarregar bateria' no corpo, segurando as Travas de Segurança de Energia em uma seqüência, podemos recarregar e regenerar o corpo.
2. Bloqueios podem ser desobstruídos da mesma forma que a conexão entre duas baterias pode recarregar a bateria de um veículo.
3. O fluxo natural dos caminhos de energia são restaurados.

LOCATIONS OF 26 "SAFETY" ENERGY LOCKS ON UNIVERSAL HARMONIZING ENERGY CIRCULATION PATTERN



Copyright © 1971 Jin Shin Jyutsu, Inc.

Atitudes e Emoções

As atitudes de preocupação, medo, raiva, tristeza/pesar ou tentar (fingimento) podem interferir ou interromper os ritmos naturais do nosso corpo. Expirar essas atitudes nos ajuda a harmonizar os níveis espiritual, mental/emocional e físico.

Por exemplo, a atitude de preocupação poder perturbar a energia estômago e baço e podemos sentir os efeitos de indigestão, insônia, depressão ou apatia. Usar o “Quadro Dedos das Mãos” na página [8](#) pode nos auxiliar a recobrar o equilíbrio de toda a energia de órgãos no nosso corpo.

Simplesmente segure seu polegar, dedos da mão e palma da mão, um a um, por alguns minutos todos os dias.

Marie: “Ao longo dessa jornada eu me surpreendi ao descobrir que eu estava presa à atitude de Raiva. Como uma pessoa pacífica eu não reconheci isso por muito tempo. Quando eu expirei toda a raiva armazenada no meu corpo, eu senti uma grande liberação de emoções. Eu consegui seguir em frente e aproveitar minha liberdade”.

Quadro Dedos das Mãos

Médio

Órgãos: Fígado & Vesícula

Atitude: Raiva

Anular

Órgãos: Pulmão &

Intestino Grosso

Atitude: Tristeza / Pesar

Indicador

Órgãos: Rim & Bexiga

Atitude: Medo

Mínimo

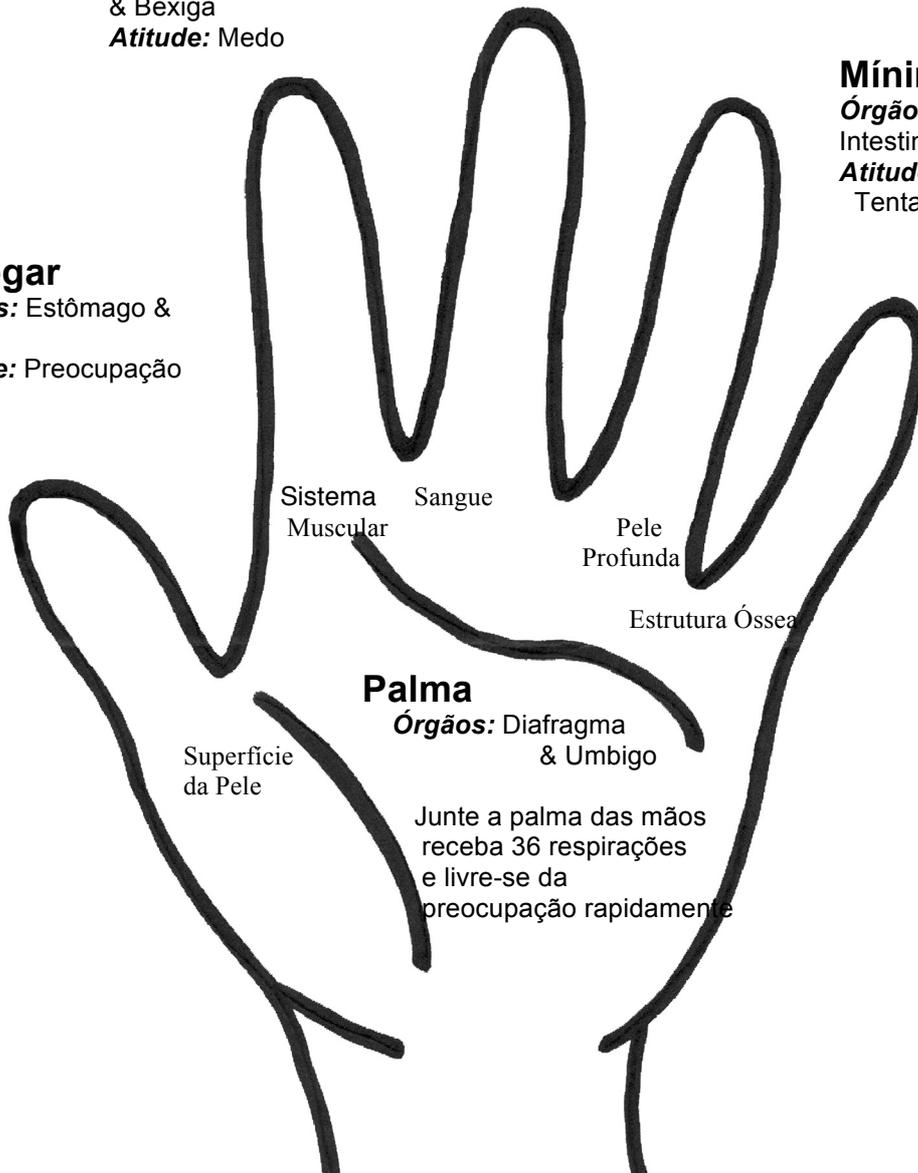
Órgãos: Coração & Intestino Delgado

Atitude: Fingimento / Tentar demais

Polegar

Órgãos: Estômago & Baço

Atitude: Preocupação



Cuidados Diários: Abrace cada dedo da mão, um de cada vez, por cerca de 3 a 5 minutos ou mais tempo até que você se sinta mais calmo. Faça isso nas duas mãos.

Auto Ajuda Diária

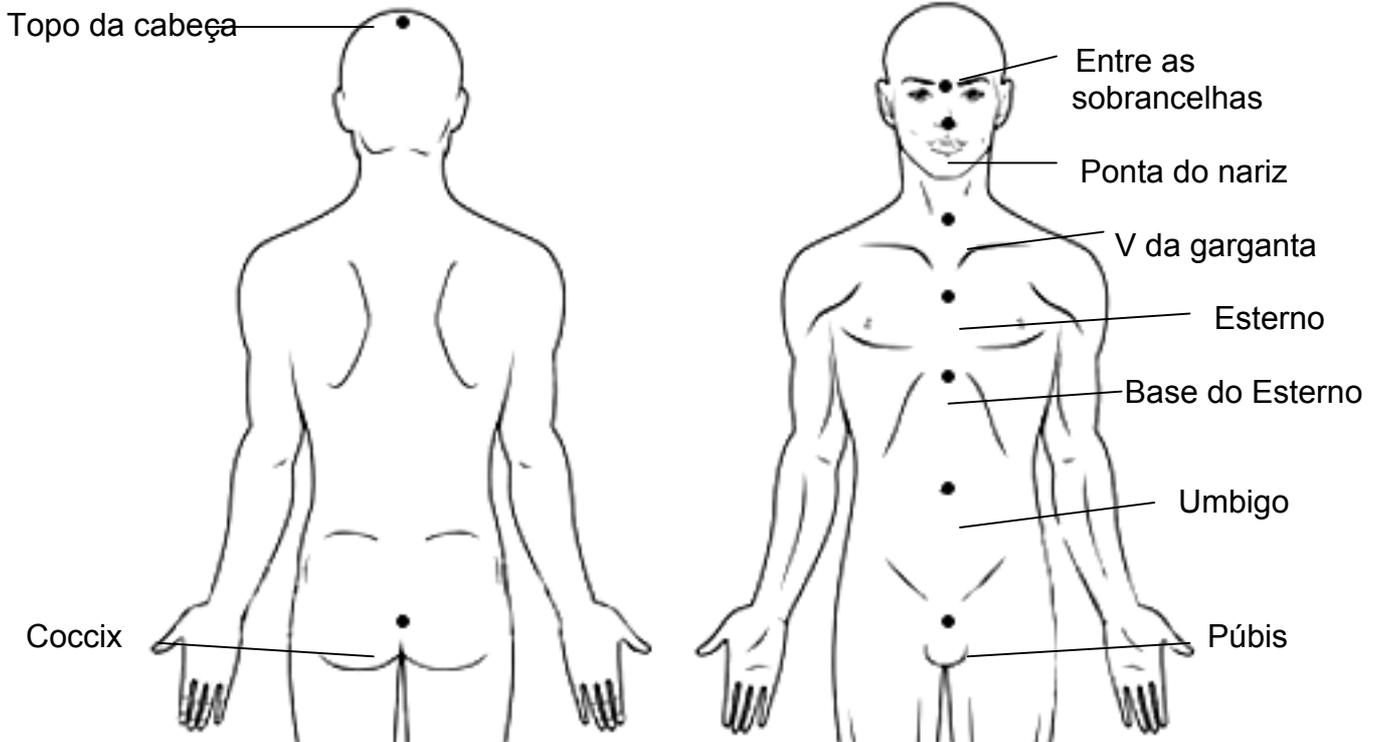
Usar o fluxo 'Central Principal' (exibido na página [10](#)) é uma ótima maneira de começar o dia.

- Ajuda o sistema endócrino e alivia a fadiga.
- Alternativamente, você pode seguir as instruções para o fluxo '13' (vide página [14](#)).
- Esses fluxos auxiliam o Sistema Imunológico.
- Além disso, segurar os dedos das mãos todos os dias (página [8](#)) ajuda a manter a energia de órgãos equilibrada e a liberar emoções represadas, permitindo que você 'seja o melhor que pode ser'.

Usar essas simples ferramentas de auto-ajuda permite que você assuma a responsabilidade pela sua própria saúde e bem estar, permitindo lidar com o stress diário e desafios da vida.

“Fluxo Central Principal”

Energia harmonizante Central Principal – fonte de vida.



POSIÇÕES DE AUTO AJUDA PARA MANUTENÇÃO DIÁRIA

PASSOS:

1. Mão direita (D) no topo da cabeça. Mantenha até o último passo.
Mão esquerda (E) entre as sobrancelhas (3º olho)
2. E na ponta do nariz.
3. E no V da Garganta
4. E no alto do Esterno.
5. E na base do Esterno.
6. E no Umbigo.
7. E no osso Púbico.
8. D no Coccix

(Pode ser utilizado na posição sentada ou deitada). Mantenha cada passo por 2-3 minutos ou até que os pulsos fiquem harmônicos.

Radioterapia

Antes de radioterapia aplique o fluxo “Central Principal” (vide página [10](#)). Isso ajuda você a se equilibrar e harmonizar. Além disso, segurar carinhosamente cada dedo da mão individualmente por alguns minutos libera o medo, preocupação e ansiedade e vai ajudar você a manter-se calmo.

Após cada sessão de tratamento, coloque a “Mão direita sobre a mão Esquerda” um pouco acima da área que está sendo tratada. (Não toque o corpo). Esse procedimento ajuda a tirar o calor do corpo e aliviar queimaduras. Mantenha a posição até que a região esfrie. Repita quantas vezes quiser.

Peça que um familiar ou amigo “Segure as Panturrilhas” (vide página [12](#)) por cerca de 20 minutos. Isso também ajuda a remover o calor do corpo. A pele pode ficar vermelha, principalmente depois da 4ª semana e pode mudar de aparência. Isso é normal.

É importante manter o tratamento por 2 semanas após o final da radioterapia, já que os raios permanecem intensos no corpo durante esse período.

Peça que um familiar ou amigo aplique “Dedos das Mãos e dos Pés Opostos” todos os dias (vide página [12](#)) para ajudar a regeneração do corpo. Repita sempre que quiser.

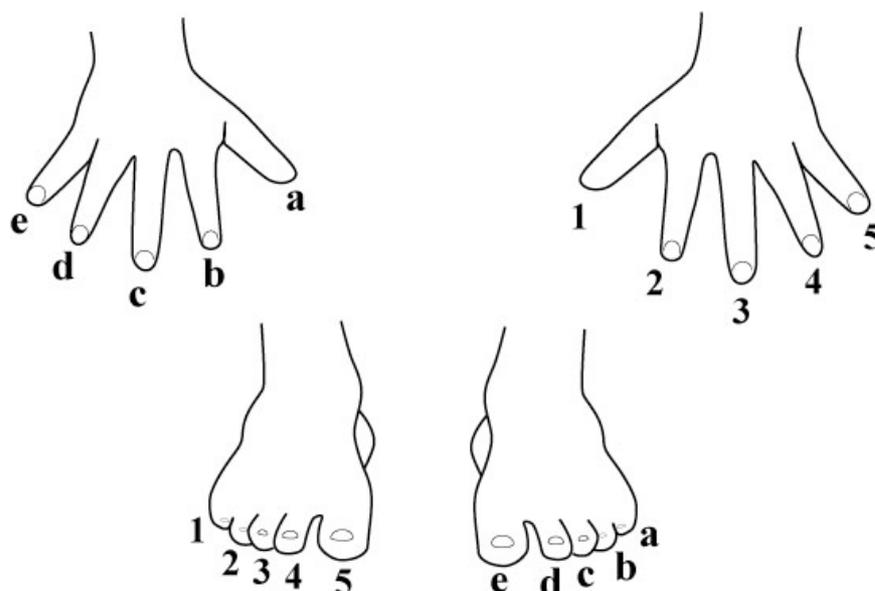
Marie:

“Colocar minha mão direita sobre a mão esquerda acima da região tratada com radioterapia e “Segurar as Panturrilhas” foi muito bom para mim. Minha família podia aplicar esses passos quando eu voltava para casa e isso fazia com que eles se sentissem envolvidos.

A enfermagem ficava impressionada com a boa aparência da minha pele. Eles perguntavam o que eu estava fazendo.”

“Dedos das Mãos e Dedos dos Pés Opostos”

Comece com o polegar Esquerdo e dedo mínimo do pé Direito (lados opostos – vide 1 e 1 no diagrama abaixo) e prossiga com as combinações de dedos das mãos e dedos dos pés por 2-3 minutos cada para remover toxinas e re-energizar e regenerar o corpo todo. Repita do outro lado ((a/a, b/b, c/c etc).



Este é um excelente fluxo para ser aplicado por outra pessoa.

“Segurar as Panturrilhas”

Para segurar as panturrilhas, fique em pé (ou sente) aos pés da pessoa e coloque sua mão Esquerda sob o músculo da panturrilha Esquerda da pessoa (cerca de 4 dedos abaixo do joelho) e sua mão Direita sob o músculo da panturrilha Direita da pessoa – seus dedos das mãos ficarão apontando na direção da cabeça da pessoa. Mantenha a posição por 20 minutos ou até que o calor ceda.

Quimioterapia

A experiência de Elizabeth: (Praticante de Jin Shin Jyutsu / sobrevivente de câncer).

Antes de receber quimioterapia auto-aplique o fluxo 'Central Principal' (página [10](#)). Ele ajuda a manter o equilíbrio do corpo.

Enquanto estiver recebendo ou após receber quimioterapia, peça que sua pessoa de apoio aplique 'Dedos das Mãos e Dedos do Pé Oposto' (página [12](#)) nos dois lados do corpo. Essa seqüência ajuda a manter a energia fluindo para que seu corpo possa receber os benefícios do tratamento e ao mesmo tempo se livrar dos resíduos de toxinas. Isso pode ajudar a reduzir efeitos colaterais.

Para ajudar a manter o sistema imunológico forte, coloque a mão Esquerda sobre o ombro Direito na Trava de Segurança de Energia 11 (vide diagrama na página [6](#)), e sua mão Direita na sua virilha Direita (Trava de Segurança de Energia 15),

Inverta para o outro lado, colocando sua mão Direita no ombro Esquerdo na Trava de Segurança de Energia 11 e a mão Esquerda na Trava de Segurança de Energia 15 na dobra da virilha Esquerda.

Se a contagem de células brancas diminuir muito, segure a Trava de Segurança de Energia 6 com a mão Esquerda (vide diagrama na página [6](#)) e segure o dedo mínimo do pé Esquerdo com sua mão Direita.

Mantenha pelo menos por 20 minutos.

Inverta para o outro lado.

Se você não conseguir fazer isso, peça que sua pessoa de suporte o faça.

Também ajuda muito se alguém puder 'Segurar as Panturrilhas' (página [12](#)) para ajudar a remover os efeitos de substâncias químicas do corpo.

“Fluxo 13”

Verifique a localização das Trava de Segurança de Energia no diagrama da página 4.

Passo 1 Cruze as mãos e segure as duas Travas de Segurança de Energia 13 Direita e Esquerda ao mesmo tempo (vide quadro na página [6](#))

Passo 2 Segure o dedo indicador Direito com a mão Esquerda. Depois segure o dedo mínimo Direito com a mão Esquerda.

Passo 3 Cruze as mãos e segure as duas Travas de Segurança de Energia 13 Direita e Esquerda ao mesmo tempo.

Passo 4 Segure o dedo indicador Esquerdo com a mão Direita , depois segure o dedo mínimo Esquerdo com a mão Direita.

Passo 5 Cruze as mãos e segure as duas Travas de Segurança de Energia 13, Direita e Esquerda ao mesmo tempo.

Permaneça em cada passo por alguns minutos.

Este ‘Fluxo 13’ é excelente para auxiliar o sistema imunológico.

Também ajuda a aliviar choque e stress no corpo.

Possíveis Efeitos Colaterais - Fadiga

Durante Quimioterapia e Radiação, ou mesmo Terapia Hormonal, pode ocorrer a fadiga, que pode durar por um bom tempo após o final do tratamento. **Fadiga** é muito diferente de **cansaço**, que passa quando descansamos.

Em consequência dos tratamentos, as células cancerígenas morrem e criam resíduos que são eliminados pelos rins. A fadiga ocorre quando os rins ficam sobrecarregados e precisam trabalhar muito para dar conta desta destruição. Isso pode gerar sensações de frustração e incapacidade de agüentar quando não entendemos o que está acontecendo.

- ***Para apoiar a energia Rim.***
- Coloque a mão Direita no osso Púbico e a mão Esquerda segura o dedo mínimo do pé Direito, ou simplesmente segure seu dedo indicador por alguns minutos até que se harmonizem. Inverta para o lado Esquerdo.
- O Fígado e o Baço também ficam sobrecarregados na corrida para fazer novas células sanguíneas para nutrir e fornecer energia e apoio para o corpo.
- ***Para apoiar a energia Fígado.***
- Coloque a mão Direita na Trava de Segurança de Energia 4 Direita e a mão Esquerda na Trava de Segurança de Energia 22 Esquerda por alguns minutos. (Inverta para o lado Esquerdo). Ou segure a Trava de Segurança de Energia 4 Esquerda e Direita ao mesmo tempo (mão Esquerda do lado Esquerdo e mão Direita do lado Direito).
- ***Para apoiar a energia Baço.***
- Coloque a mão Direita na Trava de Segurança de Energia 5 Direita e a mão Esquerda no cóccix. (inverta para o lado Esquerdo). Ou coloque a mão Direita no cóccix e a mão Esquerda no osso Pubiano ao mesmo tempo. Ou segure o polegar da mão esquerda e depois da direita. Cada um desse passos pode durar alguns minutos ou até que haja harmonização.

A seqüência de “Dedos das Mãos e do Pé Oposto” na página [12](#) também ajuda a regenerar o corpo.

Possíveis Efeitos Colaterais - Depressão

Quando somos invadidos por pensamentos tristes, isso pode afetar a energia da função estômago e intestino grosso, o que pode contribuir para a depressão.

para harmonizar a energia desses órgãos, simplesmente se dê um grande abraço, colocando os dedos das mãos nas axilas.

- Expire e Inspire enquanto segura os pontos durante 36 respirações ou até que você se sinta calmo e seguro.
- Segure seu polegar Esquerdo com a mão Direita e depois o seu dedo mínimo com a mão Direita por alguns minutos.
- Depois segure seu polegar Direito com a mão Esquerda com a mão Esquerda por alguns minutos.

Esses passos podem acalmar e reanimar.

Possíveis Efeitos Colaterais - Linfedema

Linfedema é o inchaço dos tecidos moles causado pelo acúmulo de fluido linfático. Pode ocorrer na mão, braço, seio, tronco, abdômem ou perna. Para ajudar todas essas situações:

- Coloque o polegar Direito no centro da axila Esquerda e envolva o braço Esquerdo com os outros dedos.
- Toque a parte interna da coxa oposta com a mão Esquerda.

Linfedema no braço ou na mão.

- Segure a Trava de Segurança de Energia 26 (vide página [6](#)) do lado do braço afetado com a mão oposta e coloque a ponta do polegar sobre a unha do dedo anular (formando um círculo).
- Segure por 20 minutos ou mais. Depois você poderá sentir uma pulsação no braço.

Linfedema no peito ou abdômem

- Coloque a mão Esquerda na Trava de Segurança de Energia 21 Direita (vide página [6](#)), e a mão Direita na Trava de Segurança de Energia 22 Direita.

Linfedema na perna.

- Para o lado Esquerdo, coloque a mão Direita sobre o ombro Esquerdo na Trava de Segurança de Energia 11 (vide página [6](#)), e a mão Esquerda na Trava de Segurança de Energia 15 Esquerda. Inverta para a perna Direita.

Utilize também para harmonizar o corpo se houver receio de que o Linfedema possa ocorrer.

Outros Efeitos Colaterais Possíveis

Respiração

Pode ocorrer falta de ar. Para abrir os pulmões, permitir maior oxigenação, use os seguintes métodos de auto ajuda:

- Coloque a mão Direita sobre o ombro Esquerdo na Trava de Segurança de Energia 11 (vide página [6](#)).
- Coloque a mão Esquerda no centro da nádega Esquerda na Trava de Segurança de Energia 25.

Segure por alguns minutos até que a respiração fique mais fácil.

Náusea

- Segure o pulso na Trava de Segurança de Energia 17 e/ou Trava de Segurança de Energia 18 (vide página [6](#)) até que a náusea passe.

Dores de Cabeça Tóxicas

- Segure os dois dedões dos pés (Trava de Segurança de Energia 7) até que a dor passe.

Coceira

Algumas vezes após quimioterapia ou radioterapia você poderá sentir coceiras. Caso isso aconteça:

- Coloque a mão Esquerda no dedo mínimo do pé Direito,
- Coloque a mão Direita no osso Púbico.

Segure até que a coceira passe.

Mucosite

Mucosite é uma inflamação dolorida das membranas mucosas ou da parede da boca ou esôfago, criando aftas.

- Coloque a mão Esquerda na panturrilha Direita
- Coloque a mão Direita na panturrilha Esquerda até que os pulsos se equilibrem.
- Coloque a mão Direita na Trava de Segurança de Energia 21 Esquerda.
- Coloque a mão Esquerda na Trava de Segurança de Energia 22 Esquerda até que os pulsos se equilibrem.
- Coloque a mão Direita na Trava de Segurança de Energia 5 Direita.
- Coloque a mão Esquerda no cóccix até que os pulsos se equilibrem.

Outros Efeitos Colaterais Possíveis

Azia

- Coloque a mão Direita (dedos apontando para a cabeça) entre as Travas de Segurança de Energia 13 (vide página [6](#)) no Esterno.
- Coloque a mão Esquerda entre as Travas de Segurança de Energia 14 (base da caixa torácica), dedos apontando para baixo.
- Inverta para o outro lado.

Segure por alguns minutos.

Constipação ou Diarréia

- Coloque uma mão no cóccix e a outra mão na parte externa do joelho na Trava de Segurança de Energia 8 (vide página [6](#)).

Segure por 15 minutos.

- Ou segure o dedo Indicador seguido pelo dedo Anular por 3-5 minutos cada.

Dor

- Coloque a mão Esquerda na lateral externa do tornozelo Esquerdo na Trava de Segurança de Energia 16 (vide página [6](#)), e a mão Direita na parte lateral interna do tornozelo Esquerdo na Trava de Segurança de Energia 5.
- Coloque a mão Direita na parte lateral interna do tornozelo Direito na Trava de Segurança de Energia 5 (vide página [6](#)), e a mão Esquerda na parte lateral externa do tornozelo Direito (Trava de Segurança de Energia 16) até que a dor passe.

Lembre-se.....

"Faça mudanças na sua vida. Sorria."

Citações de "O Que Mary Diz"

"Mude o foco. Mude pensamentos"

"Cada respiração bem vivida faz do ontem um sonho de felicidade e o amanhã, o êxtase."

"Amorosamente segure dedos."

"Solte os ombros e expire. Foque na harmonia, não na desarmonia."

"Perfeita. Todo dia eu sou perfeita."

Compilado por Lynne Pflueger & Michael Wenniger.

Este livro, "O Que Mary Diz..." tem muitas outras citações maravilhosas e pode ser obtido em www.jsjinc.net

Copyright © 1977 por JSJ.Inc.

Depoimentos

Quando alguém na família tem câncer, todos são afetados. Aprender e usar as ferramentas simples deste livro pode beneficiar a todos.

“Eu tenho me surpreendido e maravilhado com a eficácia extraordinária desta fantástica Arte do Jin Shin Jyutsu.

Minha esposa teve câncer de mama em 2005 e depois uma recorrência em 2007, quando ela teve que ser submetida a um longo tratamento de radioterapia. Foi então que eu tive a oportunidade de ajudá-la a superar alguns dos efeitos ‘adversos’ da radioterapia usando técnicas de auto-ajuda de Jin Shin Jyutsu.

Durante o longo período da radioterapia, minha esposa se ‘preparava’ antes de cada sessão ao nos dirigirmos ao centro da cidade (viagem de uma hora), aplicando-se o fluxo ‘Central Principal’. No caminho de volta ela colocava a mão direita sobre a mão esquerda acima da área tratada.

Em casa, como seu cuidador, eu entrava em ação e aplicava Jin Shin Jyutsu Auto Ajuda em Marie.

Eu colocava minha ‘mão Direita sobre minha mão Esquerda’ acima da área que foi exposta à radiação, seguido de “Segurar as Panturrilhas’ e depois ‘Dedos das Mãos e Dedos do Pé Oposto’.

Apesar de ser iniciante, eu sentia um calor intenso nas mãos quando eu colocava a ‘Mão Direita sobre a mão Esquerda’ e ‘Segurar as Panturrilhas’, conforme o calor saía da área submetida a radiação. Eu conseguia ver e sentir o ‘fortalecimento’ que ocorria no corpo dela quando aplicava ‘Dedos das Mãos e Dedos do Pé Oposto’.

Durante as sessões de radioterapia, minha esposa compartilhava essas técnicas com

(continua na próxima página)

muitos outros pacientes que aguardavam tratamento. Todos ficavam espantados com a eficácia das técnicas. O mais extraordinário foi que a equipe médica e especialistas envolvidos tinham alertado que ela ficaria muito queimada, com bolhas e seriamente afetada com o longo tratamento com radiação. Nada disso aconteceu! Claro que a área tratada ficava vermelha, principalmente por causa da idade dela (70), mas nada mais drástico que isso. Eles ficaram muito surpresos e impressionados quando ela explicou porquê.

Como ‘família’ eu me senti privilegiado por poder me envolver e contribuir de forma tão bem sucedida na sua luta para superar um desafio tão grande”

Jim.

* * * * *

“Eu tenho trabalhado com um senhor que tem câncer ósseo. Ele tem usado ‘auto-ajuda’ e conta com a ajuda de sua esposa trabalhando nele/com ele. Um dia ele chegou e eu perguntei como ele estava se sentindo. Sua resposta foi: Eu sinto muito menos dor, mas você me deu o melhor presente do mundo.” Quando eu perguntei o que era, ele respondeu: “Minha esposa voltou a dormir na nossa cama e você não tem idéia do que isso significa para mim, poder esticar meu braço quando eu acordo no meio da noite e sentir que ela está ali do meu lado.”

Antes a dor e agitação dele deixava os dois acordados e ela ia para uma cama no quarto de hóspedes.”

Heather. (praticante de Jin Shin Jyutsu)

Continuando a Jornada

Se você quiser aprender a Arte de Jin Shin Jyutsu para auto aplicação ou para sua família, para se tornar praticante ou participar de seminário de Auto-Ajuda, o nosso site tem todos os detalhes sobre datas e locais para Seminários Básicos, praticantes em sua região e seminários de Auto-Ajuda.

Visite www.jsjinc.net

Leitura recomendada:

“O Toque da Cura”

por Alice Burmeister e Tom Monte

Visite nossa loja virtual no site acima.

Minha gratidão a David e Michael Burmeister por me dar permissão para compartilhar minha experiência com as pessoas com a Arte de Jin Shin Jyutsu.

Meus sinceros agradecimentos também a Cynthia Broshi, Philomena Dooley e David Burmeister pelas sugestões e generosa revisão.

Notas

Notas

