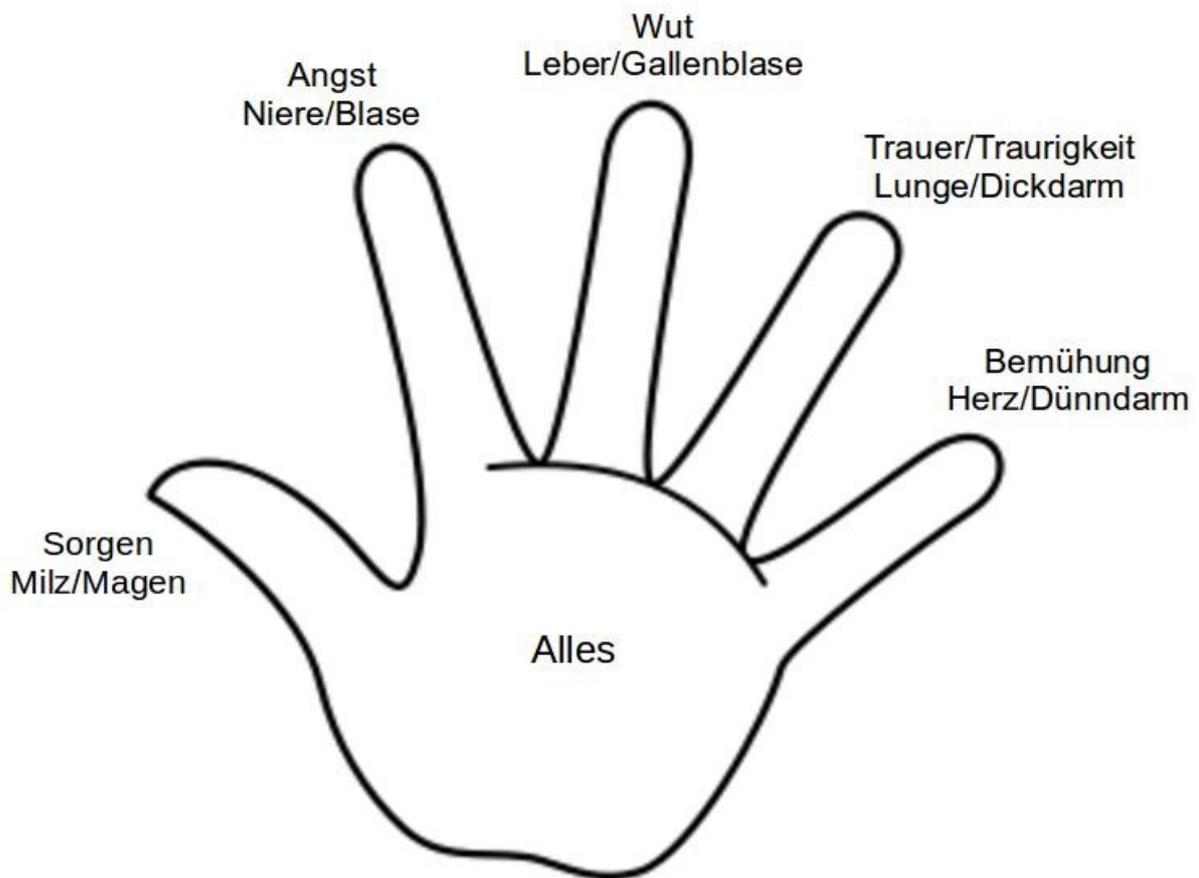


Jin Shin Jyutsu

Harmonisierung von Einstellungen und Organen durch die Finger



Halte täglich jeden Finger sanft umschlossen für 5 Minuten. Sehr schön im Zug, Bus, bei Sitzungen oder zum Einschlafen.

Tipps:

- Halte den Daumen für min. 20 Min., um zu verhindern, dass das **Kopfweh** sich ausbreitet und die Oberhand gewinnt.
- Halte den kleinen Finger für min. 20 Min., um zu verhindern, dass das **Halsweh** sich ausbreitet und die Oberhand gewinnt.
- Halte den Zeigefinger für min. 20 Min., um zu verhindern, dass die **Rückenschmerzen** sich ausbreiten und die Kontrolle gewinnen.
- Bei Problemen mit **Zähnen**, halte den dem Problem gegenüberliegenden Zeigefinger (für min. 1 Stunde).