

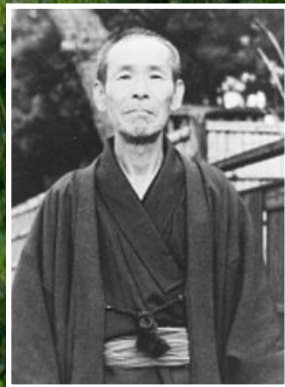
Jin shin iyutsu

Selvhjelp manual

Web—workshop 2023

Med Dorthe Leth

Gammel viten samlet og brakt til oss av
Jiro Murai og Mary Burmeister



dortheleth.no d@dortheleth.no 97515019

Facebook : jin shin jyustu Norway

me

Innhold

side

- 3 Historien om jin shin jyutsu
- 4 Plansje 26 energipunkter SEL
- 5 Filosofien, oppbyggingen av energisystemer i mennesket.
- 7 plansje Hold en finger
- 8 Fingrene og de 5 (6) dybder
- 9 flows til dybdene
- 10 Arbeidsark energetiske skapelsen
- 13 Trinity flows
- 16 Flows for de 26 energi punkter SEL, hvor kan jeg bruke de?
- 27 Flows for organ energier. Hvor kan jeg bruke de?
- 35 Plansje navn på de 26 energipunkter SEL
- 36 Miltflow og mageflow
- 37 Blæreflow
- 38 Plansje organenergi døgnet og sammenhenge
- 39 Jin shin jyutsu på dyr
- 41 plansje oversikt, over projekter, hvilke flows hjelper for hva?
- 42 Alfabetisk liste over prosjekt , forslag til behandling, sels/flows
- 48 Anbefalt litteratur
- 49 Hvordan Jin shin jyutsu fant meg
- 50 Bakside med quote from Mary Burmeister

Introduksjon av jin shin jyutsu skrevet av Mary Burmeister fra selvhjelp bok 1

1. INTRODUCING: JIN SHIN JYUTSU IS.

JIN is man of KNOWING, compassion;

SHIN is Creator;

JYUTSU is art.

(Creator's art personally for MYSELF.)

Art of Getting to KNOW (Help) MYSELF

According to ancient written records, which remain in the Archives of the Imperial Palace in Japan, JIN SHIN JYUTSU IS was widely known before the birth of Gautama Buddha (India); before the birth of Moses (recorded in the Bible); and before Kojiki (Record of Ancient Things, Japan, A.D. 712). Jin Shin Jyutsu is an innate part of man's wisdom.

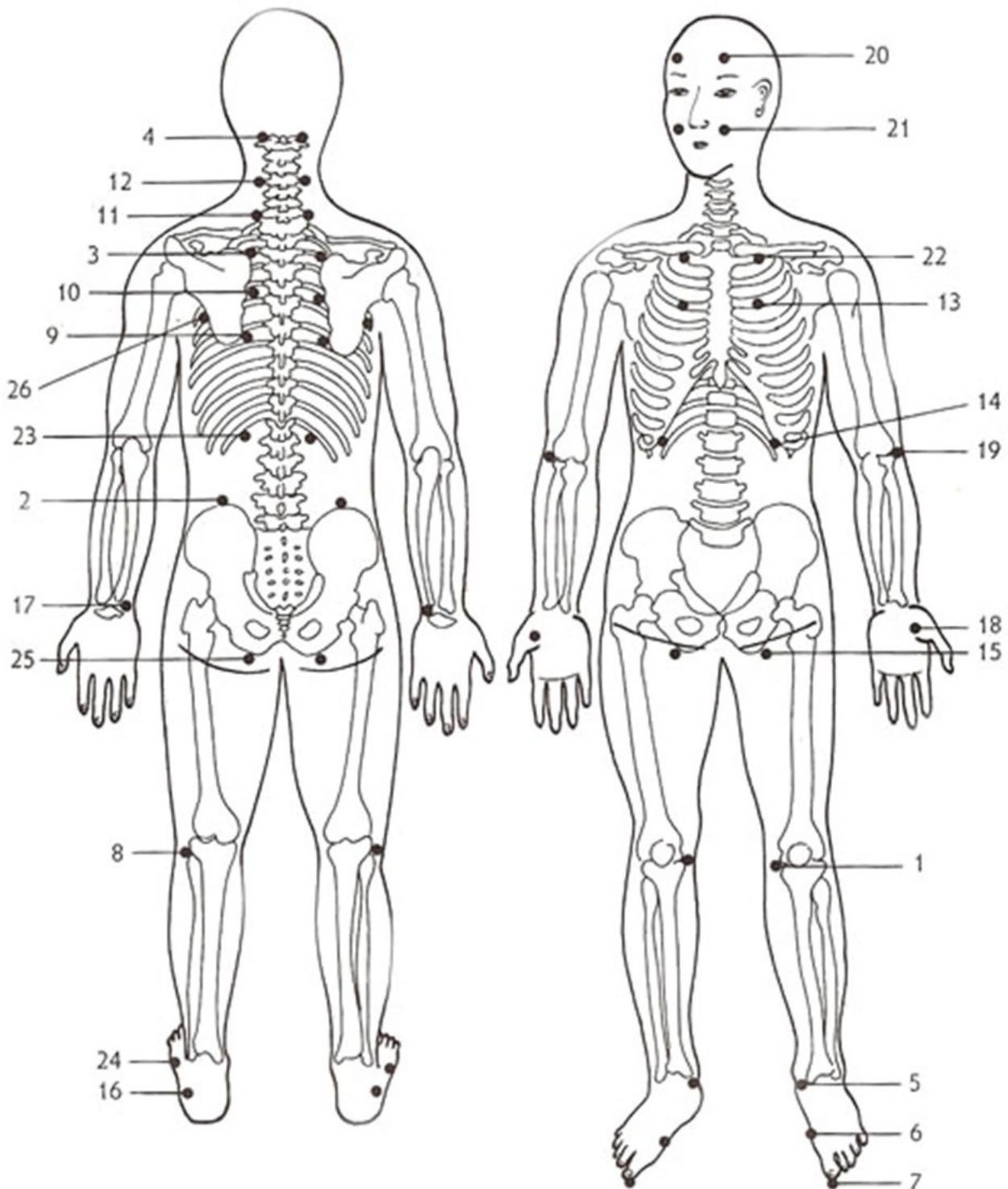
For many centuries the KEYS to the treasures of Jin Shin Jyutsu were passed from generation to generation by verbal teachings. Gradually these keys began to fade until the true concept of this art was virtually lost. The rediscovery of these ancient treasures came about by Master Jiro Murai of Japan, in the early 1900's.

Master Murai was born before the turn of the century into a family of long-lined medical professionals. He chose not to follow family tradition and began his search for the true meaning of life. During his wanderings he became terminally ill with an unknown illness. No one could be found to help him. His own family could do nothing but to watch him fade away. Master Murai never lost faith. He began to wonder about the great men in the past of whom he had read about experiencing miracles and enlightenment through quiet meditation and what would become the art of Jin Shin Jyutsu. He finally requested his family to carry him on a stretcher up to their mountain cabin. He wanted to be alone. He asked them to leave him in solitude for seven days and to return on the eighth day to see the outcome.

In the stillness of the mountain splendor Master Murai meditated and experienced the art of Jin Shin Jyutsu. Each day passed on to the next, becoming conscious and unconscious, with his physical body experiencing loss of heat each day. Then on the seventh day he experienced a feeling of being lifted out of the deep-freeze and thrown into a furnace of fire. When this tremendous heat subsided, he felt no more discomforts. It was like after the passing of a terrible storm. The quiet, the calm, the peace encompassed his whole being. To his amazement and disbelief, he was completely healed. He immediately dropped to his knees and thanked the Creator and vowed that he would dedicate his remaining years to the study of this art of Jin Shin Jyutsu and dedicate his findings to Ise Jingu (the Imperial Shrine at Ise, chief cultural center of Amaterasu since the first century A.D.) for mankind. This he did accomplish.

26 energipunkter vi kaller for SELS (safety energy locks)

26 på hver side av kroppen fordelt foran og bak.



Asending

går opp

Innpust

desending

går ned

utpust

NOTAT ARK filosofien i jin shin jyutsu

Dette er de prinsipper jin shin jyutsu forteller. Du vil etter hvert kjenne igjen de energetiske prinsippene fra mange behandlingsformer og tradisjoner som bl.a. kinesisk medisin, akupunktur, akupressur, en del zoneterapi yoga, qi gong, buddhistisk og taoistisk filosofi, annen marshall art, folkemedisin

Det er fordi Jin shin jyustu ikke er en egen oppfunnet form, men en samling, en slags grunnstamme , av den gamle viten folk har hatt og har brukt. Den er nu satt i et system så vi «moderne» mennesker kan bruke den.

Vi har 26 energipunkter SEL på hver side av kroppen

Energipunktene er samlet i 5 dybder, familier

Vi har 12 organenergibaner på hver side av kroppen

Vi har i alt 144.000 ulike energibaner. De er fordelt og jobber samme i sindige systemer. Alle har kontakt med dine fingre og tær . Der grupperer de seg etter familie, organ og følelses område.

Derfor kan du hjelpe deg selv ved å holde en finger.

Vårt energistystem er innrettet således : (dette går vi mer inn på når vi tegner energetisk skapelse)
vi får en hovedstrøm inn av main central.

Den fordeles til to store avdellinger , en på høyre og en på venstre side. Supervisere. Yin og Yang
Her fødes alle energibaner, sels og organ energier.

For alt skal kunne henge sammen har vi en energi kallet mediator . En slags magnetisk energi som krøller seg rundt

ALT kan balanseres, både åpnes og rettes opp med jin shin jyutsu FLOWS

DE måter vi plasserer hendene på kroppen etter anvisning fra jin shin jyutsu, kaldes FLOWS.

I dette hefte får du nesten alle selvhjelps flows.

Flows for behandling er lengere, her har vi i tillegg flere spesialflows utover de som handler om SEL, organ energibaner og trinity. Dette kan du lære på basic 5 dagers. Enda har vi ingen sådanne kurs i Norge. På jsjinc.net finner du hvor det er mulig ta disse kurs. Etter 3 x 5 dagers basic kan du gi jin shin jyustu til andre profesjonelt. Før det kan du behandle venner og kjente. JsJ er kraftfull behandling, så dette er retningslinjer det er verd følge.

Noter

«BE love rather than need or want love»

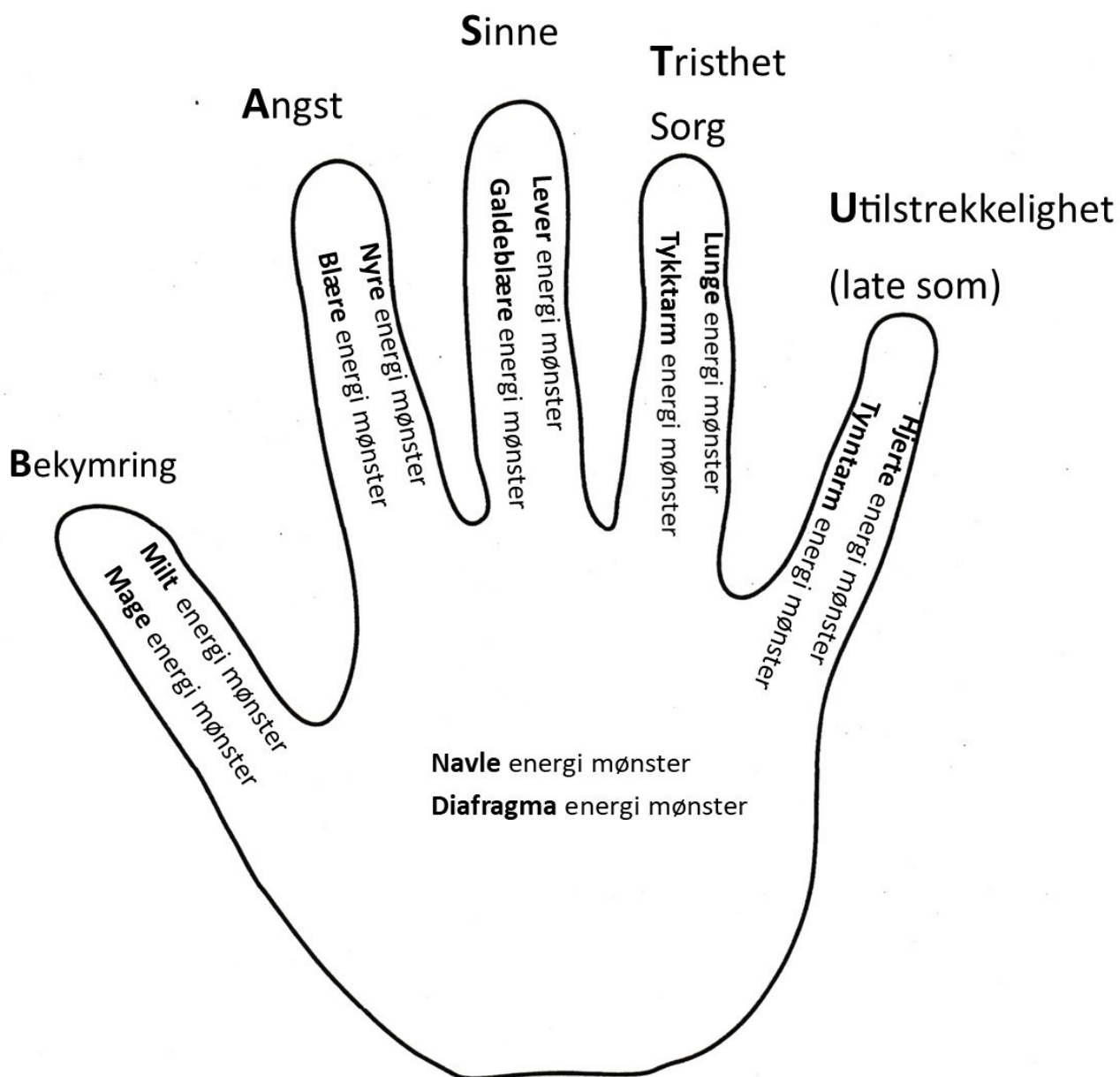
- Mary Burmeister

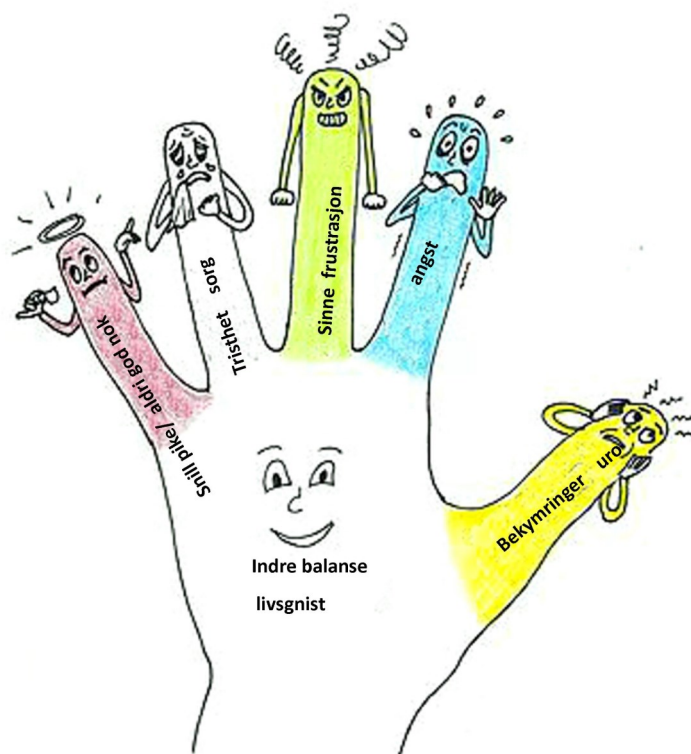
Vi har 144.000 energibaner i kroppen.

Alle har en forbindelse til hender og fingre. De samles i «interesseområder».

Du kan hjelpe deg selv på et følelsesmessig område ved å holde en finger.

Harmonisere attityder, dominerende følelser,
gjennom fingrene





Punktene samler seg i familier, vi kaller det dybder. Hver dybde sin farge. Hver med sine ansvarsområder.

Dybde 1 FORDØYELSE ytterst overflate sel 1—4

Dybde 2 (hvit) PUST dyp overflate sel 5—15

Dybde 3 BLOD sel 16—22

Dybde 4 FILTER muskler sel 23

Dybde 5 LIVPULS knokler sel 24—26

Dybde 6 LIFE (blueprint) sel nr 1—26

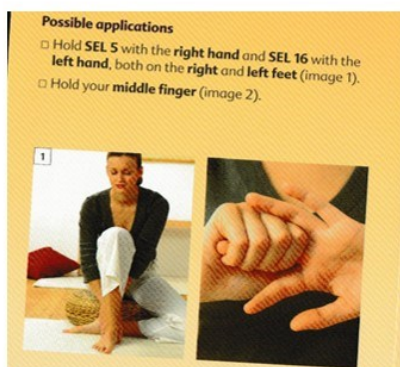
Quickies som hjelper dybder (tatt fra jin shin jyutsu kortene)



Dybde 1



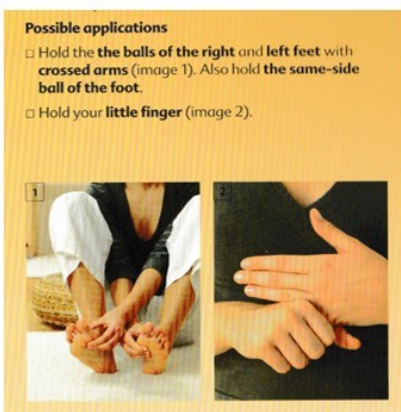
Dybde 2



Dybde 3



Dybde 4



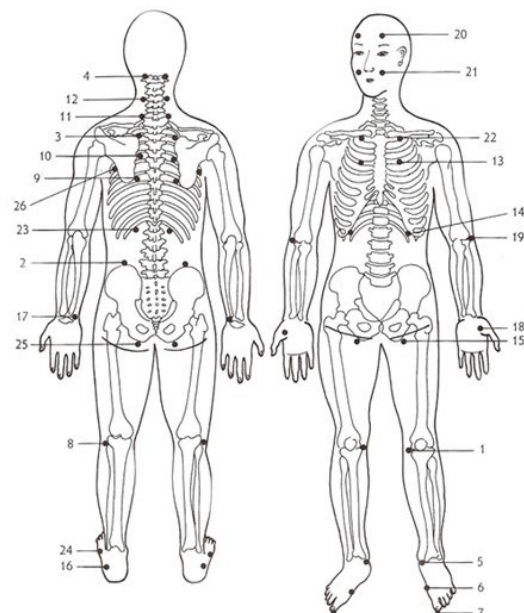
Dybde 5



Dybde 6

SELS plassering i dybdene (tegn fargekoder)

Dybde 1	Dybde 2	Dybde 3	Dybde 4	Dybde 5
1—4	5—15	16—22	23	24—26

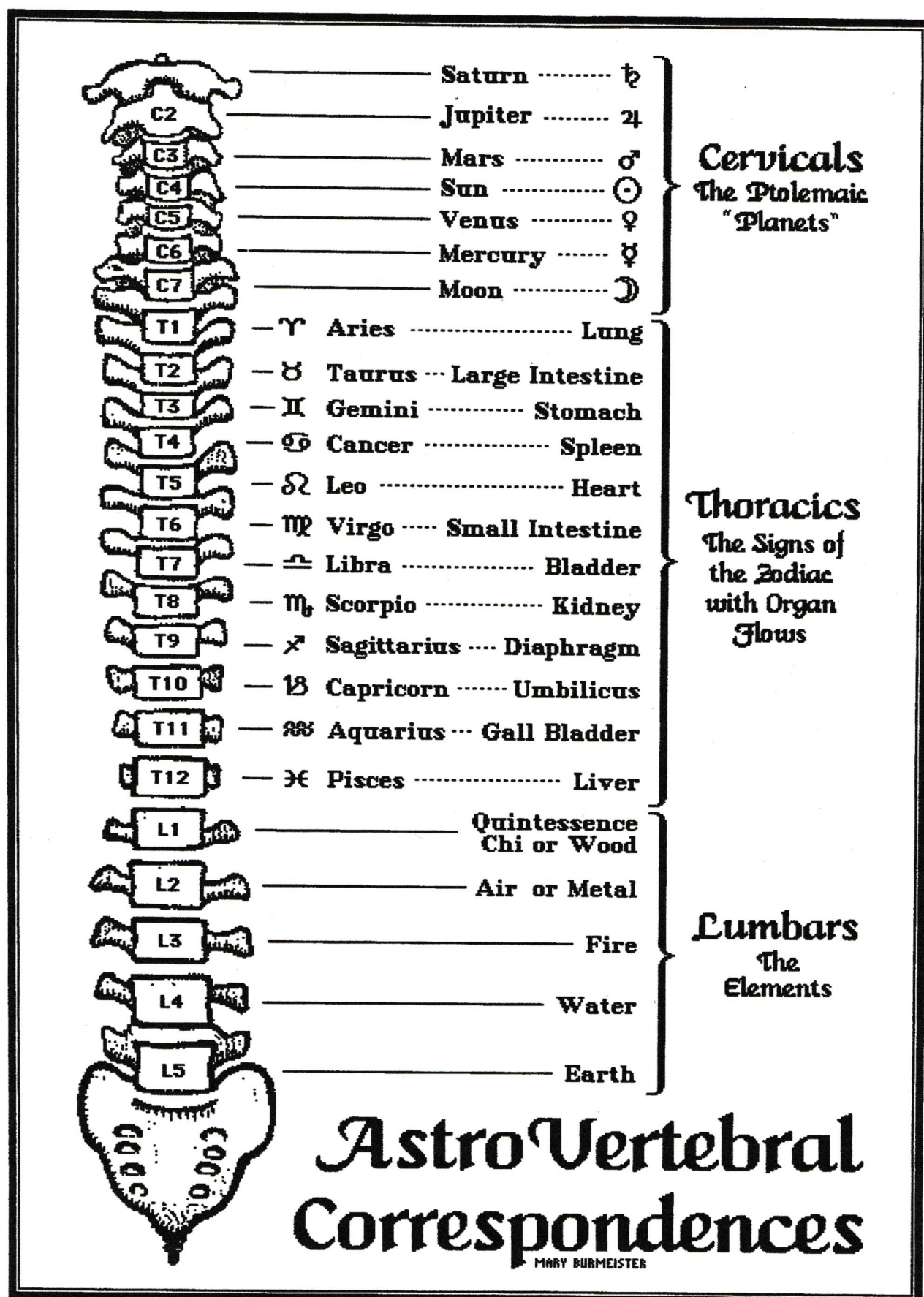


Her skal vi tegne hvordan mennesket skapes energetisk.

Ha farger klar. Her er det ikke viktig hvilke, bare 5 ulike, så du kan se forskjell Vi følger Dorthé når hun tegner

Hvordan planetene, stjernetegn og jordens elementer er forbundet med kroppen :

Ryggsøjlenes knokler har forbindelse planetene, stjernetegn, jordelementene



Noter

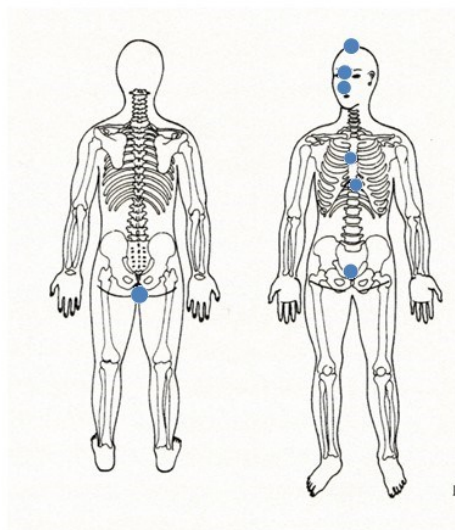
«The way to do is to be»

-Mary Burmeister

Trinity flows gruppen (treenigheten)

Main central MC

Main central Flow



Hold 3-5 minutter på hver trinn eller til du kjenner en slags puls.

Da er du klar for neste trinn

Høyre håndflate eller fingertuppene blir liggende på toppen av hodet inntil stepp 6. Venstre hånd flyttes

- Start
1. hold V hånd mellom øyebrynene
 2. hold V hånd på næsetipp
 3. hold V fingerspiss på brystben
 4. hold V fingerspiss på sternum (nederst på brystben)
 5. hold V fingerspiss på pubic bone .
 6. V hånd blir liggende, flytt H hånd til haleben (cocccyx)

Et viktig flow for mange ting.

Du kan holde dele av flowet
hvis du har lite tid

Se under forbindelsen mellom
MC sjakra og det endokrine
system

Hoved energiforsyning som skal fordeles til hele kroppen.

Styrker følelsesmessig ubalanse. Harmoniserer hele hormonsystemet.

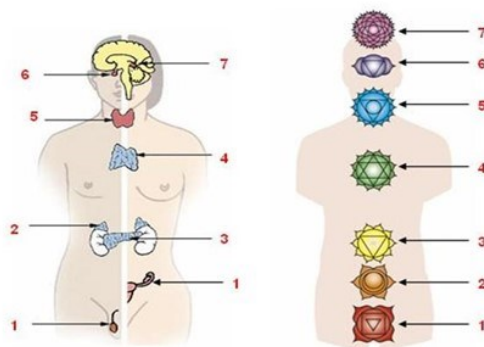
Styrker ryggsøylen.

Forener kropp sinn og ånd med guddommeligheten.

Selve «breath of life»

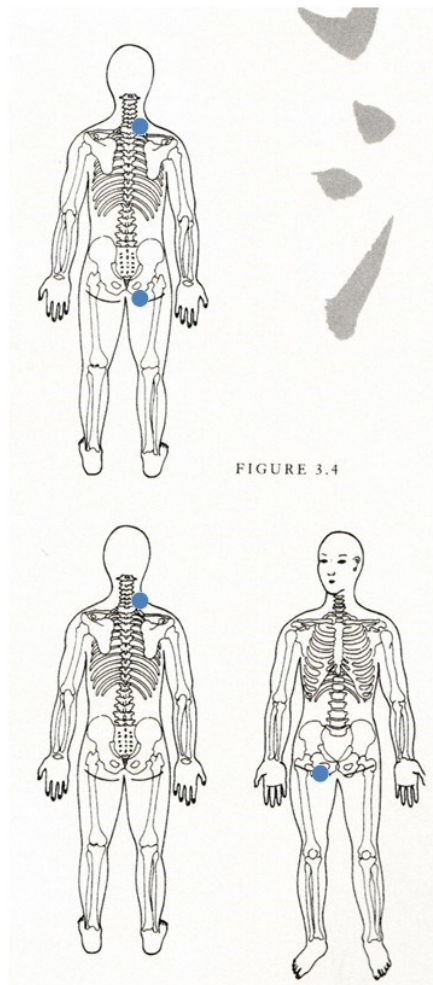
Her er en variant av MC som også er god

Den korresponderer med både
sjakraer Og det endokrine system



Hormonsystem	chakrasystem
1 tekstikkel/eggstokke	1. Jord sjakra
2 Binyre	2. hara sjakra
3 Bukspyttkjertel	3. Solar plexus
4 Tymus kjertel	4.Hjertesjakra
5 Skjoldbukskjertel	5. Halssjakra
6 hypofyse /pinealkjertel	6. det tredje øye
7 hypothalamus	7. kronesjakra

Supervisor flows



Venstre side illustrert

Løse opp på forsiden (utpust) energi går ned og ut.

H hånd på venstre skulder sel 11

V hånd på venstre sitteknute sel 25

Hjelper «alt» på framsiden av kroppen. Magesmerter, vond hals, vond kne,- osv. ! Når energien slippes, rydder den blokkeringer hele veien ned foran..

Løse opp på baksiden (innpust) ny energi reiser seg oppover

H hånd venstre skulder 11

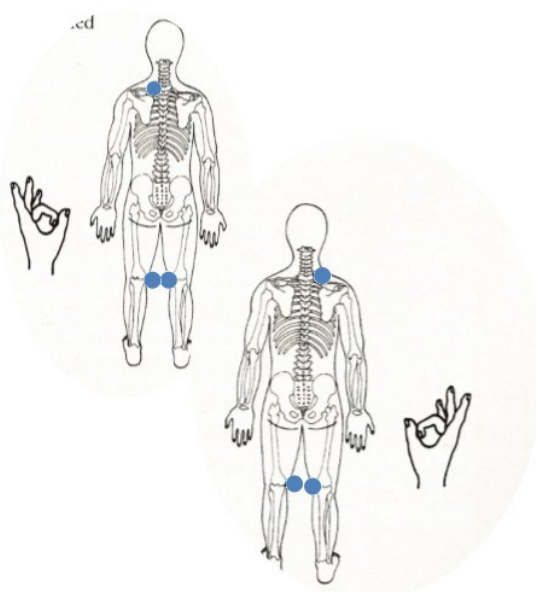
V hånd på venstre lysken sel 15

Hjelper alt på baksiden av kroppen. Ryggsmerter, bekkensmerter, isjias, stramm nakke, stramme leger,- osv. ! Når det åpnes for energi opp , rydder den blokkeringer hele veien opp..

Høyre side : motsatt

Gode generelle flows for hele kroppen. Vet du ikke hvilket flow som er best—bruk en av disse . Gode som daglig «vedlikehold». Balanserer hele kroppen

Mediator



Venstre:

Form en cirkel-

venstre tommel over neglen på venstre ringfinger.

H hånd på venstre skulder sel 11. Knæ mot hverandre eller høyre fot (sel 6) mot venstre kne sel 1

Høyre: Motsatt

Grounding. Harmoniserer følelser.

Balanserer samarbeide høyre venstre side.

Gi slipp eller forbinde (på alle plan)

Gir innsikt klarhet og forståelse.

Smerte i arme fingre øyne . Pust.



Noter

«Be the example not the critic»
- Mary Burmeister

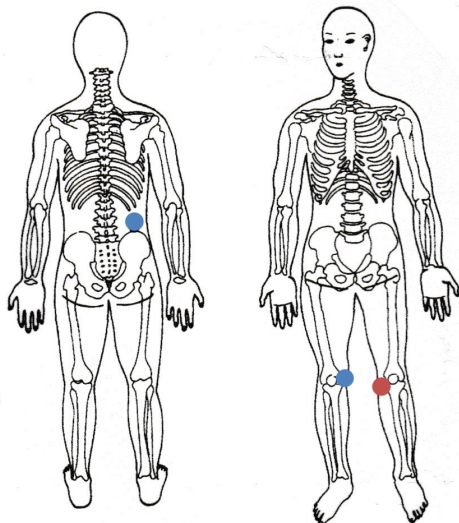
De 26 SELS og deres selvhjelp flows

Blå skrift: noen stikkord for «jobben» til et punkt

SEL = " safety energy lock"

1. flow: høyre side 2. flow :venstre side

Sel 1



Hold høyre hånd på venstre sel 1 og venstre hånd på høyre sel 1

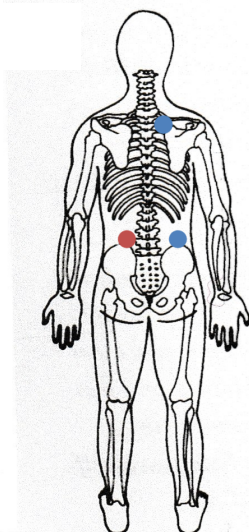
Eller

1. V hånd på høyre sel 1 H hånd på høyre hofte sel 2

2. H hånd på venstre sel 1 V hånd på venstre hofte sel 2

STARTER å slippe. Når ting stagnerer både fysisk og psykisk. Pust. Hodepine. Væske i kroppen.

Sel 2

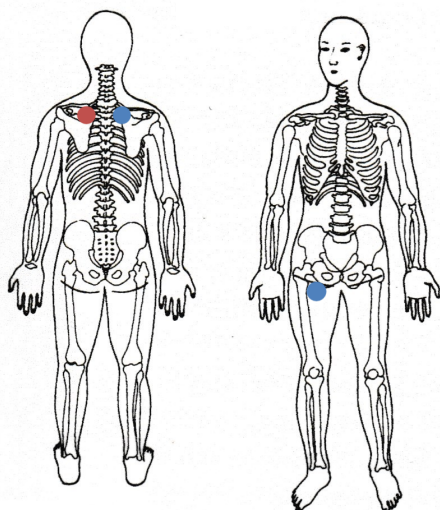


1 V hånd på høyre skulder, sel 3 H hånd på høyre hofte sel 2

2 H hånd på venstre skulder sel 3 V hånd på venstre hofte sel 2

KIROPRAKTOR å ta imot. Generell velbefinnende .Vanskelig å puste inn. Ryggsmerte. Urolig og stramme ben. Selvinnsikt. Fordøyelse.

Sel 3



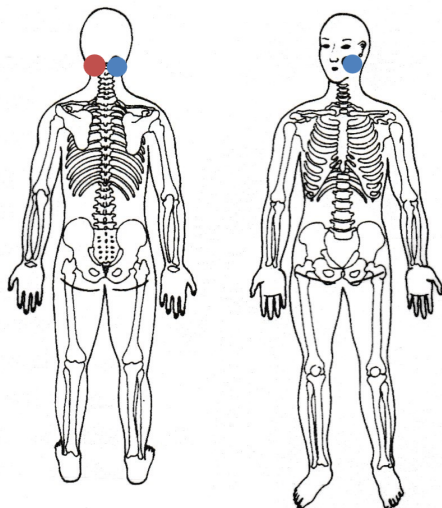
1. V hånd på høyre skulder sel 3 H hånd på høyre lysken sel 15

2. H hånd på venstre skulder sel 3 V hånd på venstre lysken sel 15

PUSTESPESIALIST/ANTIBIOTIKA . Gir harmoni. Immunsystem. Lymfesystem. Binder sammen pust og kropp så kroppen «kjører»

1. flow: høyre side 2. flow :venstre side

Sel 4



1. V hånd på høyre kant skallen sel 4

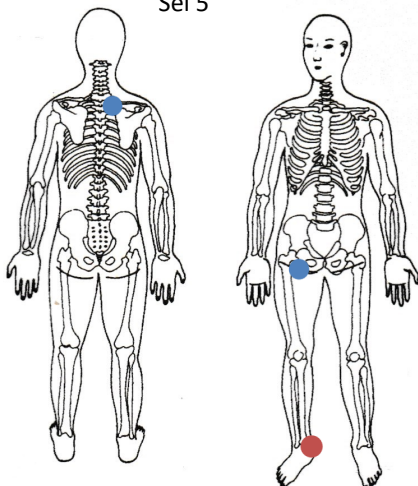
H hånd på venstre kinnben sel 21

2. H hånd på venstre kant skallen sel 4

V hånd på høyre kinnben sel 21

MANAGER visdom. Samler trådene. Samler fortid nutid fremtid.
Nærvær. Bro mellom kropp og ånd. Øye og hals. Søvnproblemer.
Hodepine.

Sel 5



1. H hånd på høyre lysken sel 15 V hånd på høyre skulder sel 3

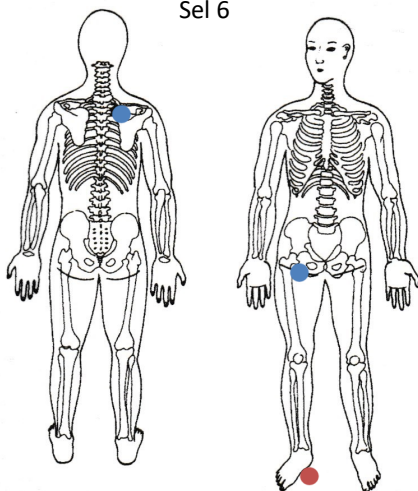
Hold her noen få minutter. Bytt til

V hånd venstre lysken sel 15 H hånd på venstre skulder sel 3

(du må åpne for begge sider sel 5 hver gang)

PSYKOLOGEN. Gi slipp på gammelt som gir deg frykt. Angst som
bare er der. Bringer forståelse. Skulder og bryst.

Sel 6



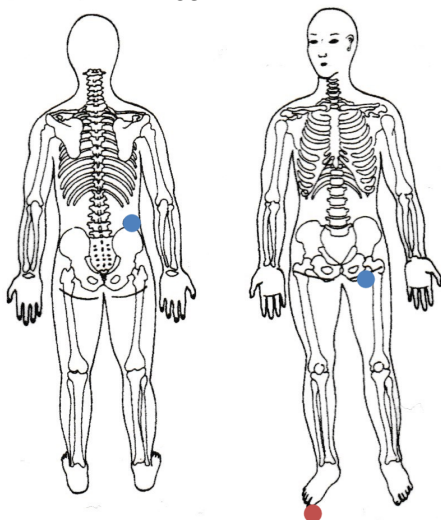
Hold på svangen innside fot på sel 6

Kan også jumpercables som sel 5, presis samme fremgangsmåte.

BALANSE. Svimmelhet. Bringer forståelse. Lunge skulder arm
hånd. Fotsålesmerter. Alle former for likevekt

1. flow: høyre side 2. flow :venstre side

Sel 7



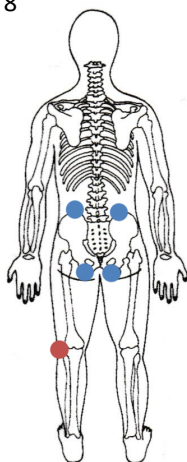
1. V hånd på venstre lysken sel 15 H hånd på høyre hofte sel 2

2. H hånd på høyre lysken sel 15 V hånd på venstre hofte sel 2

(du kan bruke håndflate eller bakside av hånden)

GROUNDING. Livskraft. Klarer hode og sinn. Svimmel. Kvalme. Åpner for kraft. Samle seg.

Sel 8



Du må gjøre to trinn. Det er likt for både høyre og venstre side

1. Trinn V hånd på venstre sitteknute sel 25

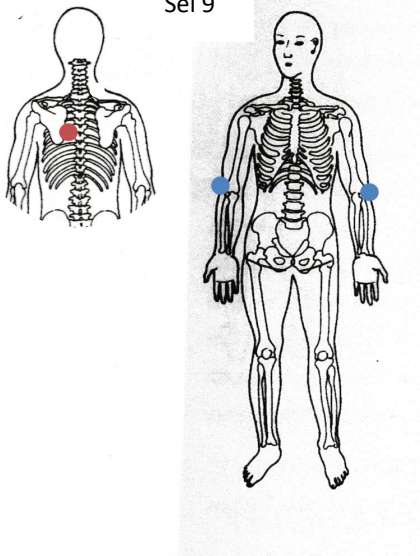
H hånd på høyre sitteknute sel 25

2. trinn V hånd på venstre hoftekant sel 2

H hånd på høyre hoftekant sel 2

MAGIKEREN. La deg skinne. Vanskelig å fine seg til rette. Vanskelig å gi slipp. Tillit. Bringer fred og trygghet. Endetarm . Bekken. Eksamensnerver. Reproduktive organer. Forstoppelse/diare. Fødselshjelper

Sel 9



Hold sel 19 på albuen . Hold på tommel-siden av kroppen.

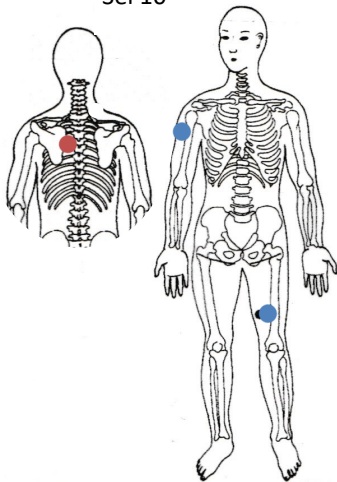
Du kan jumpercable begge samtidig eller en om gangen.

Først den høyre, så den venstre .

GJØRE FREDIG EN CYKLUS. La gå av det gamle. Vanskelig å ta avgjørelse. Gå fremover. Stress når mye å ta stilling til. Rygg og hofte. Føtter. Når du må «ta deg sammen». Frustrasjon.

1. flow: høyre side 2. flow :venstre side

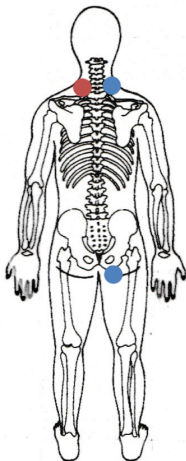
Sel 10



1. V hånd på høyre høy sel 19 (overarm)
H hånd på venstre høy sel 1 (innside lår)
2. H hånd vendtre høy sel 19 (overarm)
V hånd høyre høy sel 1 (innside lår)

OVERFLOD. Åpne opp å ta imot livet. Åpner bryst og pust. Stemme.
Diabetes. Blodtrykk. Krav til seg selv.

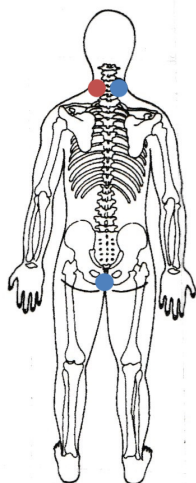
Sel 11



1. V hånd på høyre skulder sel 11 H hånd på høyre sitteknute sel 25
2. H hånd på venstre skulder sel 11 V hånd på venstre sitteknute sel 25

RETTFERDIGHET RYGGSEKK. «bæresmerter» tømme ryggsekken. Mental og emosjonell stress. Harmoniserer alle Sels. Nøkkel for å slippe (descending flows) . Nakke skulder , hofte ben.

Sel 12

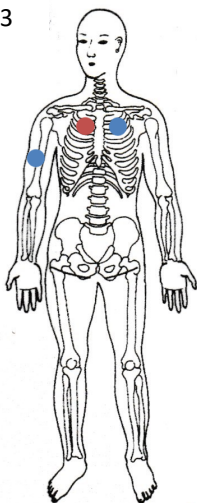


1. V hånd på høyre side av nakken sel 12 H hånd på halebenet (coccyx)
2. H hånd på venstre side nakken sel 12 V hånd på halebenet (coccyx)

OPPSYNSMANN. Overblikk. Frykt . Litt trangsynt. Mental og følelsesmessig stress. Angst og depresjon. Løs= flexibel. Hodepine. Nakkesleng. Skjevhet i hofte.

1. flow: høyre side 2. flow :venstre side

Sel 13



En hånd på hver sel 13. Kryss hendene.

Eller

V hånd på høyre høy 19. H hånd på venstre høy 19

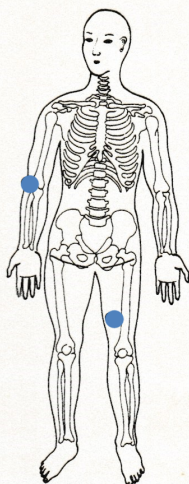
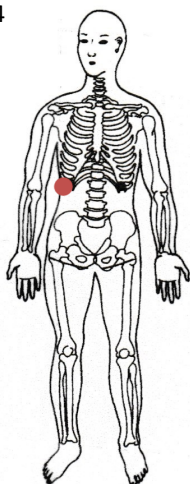
LOVE YOURSELF AND YOUR ENEMIES. FERTILITET

Spiritualitet. Mental følelsesmessig balanse.

Appetittbalanse. Auto immune sykdommer. Graviditet.

Overgangsalder. Menstruasjonsmerter

Sel 14



Hold hendene på sel 14, høyre og venstre side. Eller

1. V hånd høyre albue sel 19

H hånd venstre høy sel 1 (innside lår)

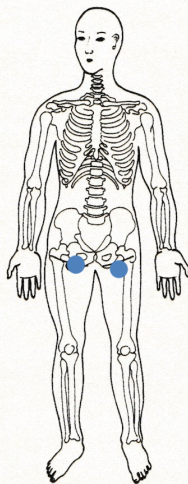
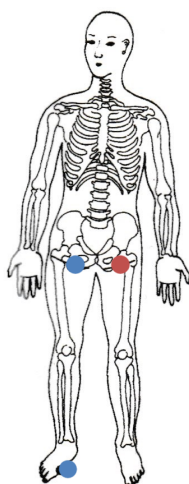
2. H hånd venstre albue sel 19

V hånd høyre høy sel 1 (innside lår)

FORSØRGER. Symbolisere mennesket. Å ta vare på seg selv gjennom sansene. Fordøye verden vi lever i. Stå støtt.

Likevekt (generell) . Søvn. Harmoniserer energiflyt– midjen opp midjen ned

Sel 15



1. R hånd på høyre lysken på sel 15.

V hånd på høyre svang på foten sel 6

2. V hånd på venstre lysken sel 15

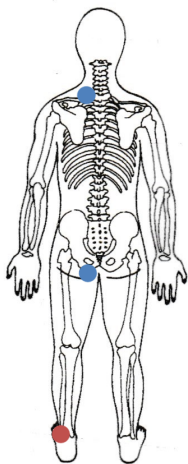
H hånd på venstre svang på foten sel 6

Eller

Hold hendene på sel 15 høyre og venstre side.

JOY AND LAUGHTER. Usikkerhet. Bringer glede. Frykt. All sirkulasjon. Hjerne, hofte, knær, føtter, benbrudd, «spreng i

Sel 16

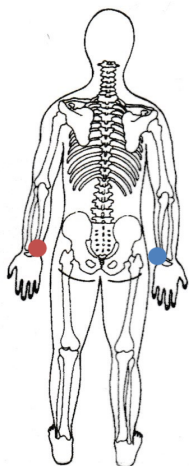


1. H hånd på venstre skulder sel 11 V hånd på venstre sitteknute sel 25
2. V hånd på høyre skulder sel 11 H hånd på høyre sitteknute sel 25

FUNDAMENT. Holder vår aktivitet i balanse. Migrenepunkt. Hodepine foran. Muskelkrampe. Stram nakke. Åpne fastlåste tanker. Frykt. Talebesvær. Klare tankene.

Hold sel 5 og 16 med samme hånd: apirinflaw

Sel 17

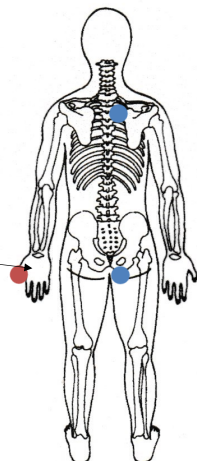


Hold høyre vrist sel 17 med venstre hånd.

Deretter hold venstre vrist sel 17 med høyre hånd.

NATURLIG INTELLIGENS. Hjelper intuisjon og inspirasjon. Roer og balanserer nervesystemet. (også akutt) Avslappende. Hyperaktivitet. Hjerte, rygg, bryst spenninger. Skjelvende hender.

Sel 18



Hold på 18 Eller

1. H hånd på høyre sitteknute sel 25 V hånd på høyre skulder sel 3
2. V hånd på venstre sitteknute sel 25 H hånd på venstre skulder sel 3

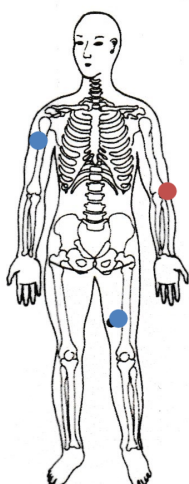
PSYKRIATEREN. Kroppsbevissthet. Samlende,-bringer personligheten og kroppen sammen igjen. Når du trenger «komme hjem» Hodepine bakside hode. Søvnløshet. Rense magen. Respirasjon

Sel 18 er i håndflaten,
ved roten av tommel

1. flow: høyre side 2. flow :venstre side

Gjelder for

Sel 19



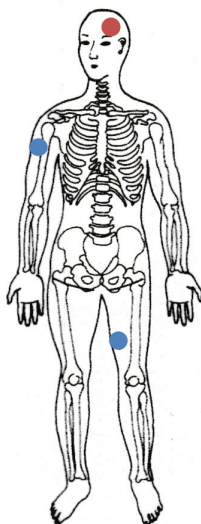
Du kan jumbercable 19 20 21 22 samtidig, de har samme flow:

1. V hånd på høyre overarm sel høy 19
H hånd på venstre innside lår sel høy 1
2. H hånd på venstre overarm sel høy 19
V hånd på høyre innside lår sel høy 1

Eller hold direkte på 19 , høyre og venstre

AUTORITET OG LEDELSE autoritetsangst. Stå opp for seg selv.
Selvtillit . Opphopning i bryst lunge hjerte.spenninger arm hode
nakke rygg. Sengevæter. Revitalisere energi.

Sel 20

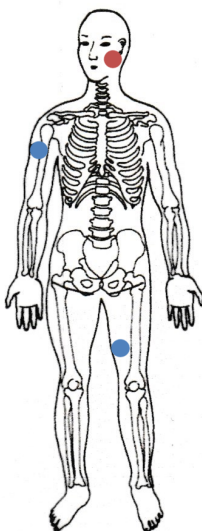


Oppskriften til 19, eller

Hold direkte på sel 20 høyre og venstre

Hjernespesialist. Svimmel. Hodepine. Hukommelse . Forbinder
universell og personlig bevissthet. Logisk sans. Klarer tankene.
Øyne ører.

Sel 21



Oppskriften til 19, eller

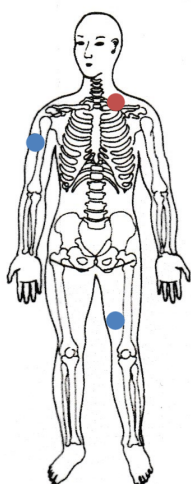
Hold direkte på sel 21 høyre og venstre

SLIPP MENTALE BÅND. Din dype trygghet. Forløser hjernespinn.
Vektregulator, fysisk og psykisk. Fordøyelse. Tett /rendene nese.

(sel 20 21 22 fins flere forslag til flows på kortene)

Gjelder for

Sel 22



Hold direkte på sel 22, høyre og venstre. kryss hendene.

Du kan også jumbercable 19 20 21 22 samtidig:

1. V hånd på høyre overarm sel høy 19

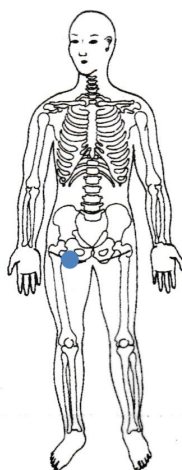
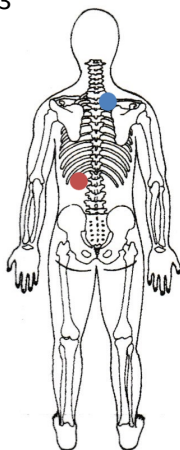
H hånd på venstre innside lår sel høy 1

2. H hånd på venstre overarm sel høy 19

V hånd på høyre innside lår sel høy 1

FORNUFT. Ikke bli for påvirket av omgivelser. Slippe igjennom inntrykk. Blodtrykk. Mental fysisk spirituell balanse. Forebygge slag. Stoffskifte. Calcium i blodet. Forebygge osteoperose. Angst og panikk. Skyldfølelse.

Sel 23



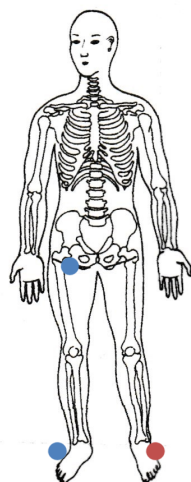
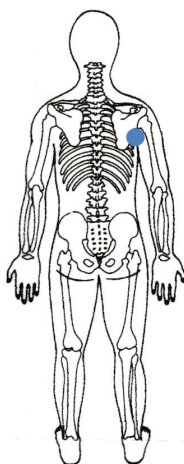
1. H hånd på høyre lysken sel 15 V hånd på høyre skulder sel 3

2. V hånd på venstre lysken sel 15

H hånd på venstre skulder sel 3

ENERGITANKEN. All sirkulasjon. Skjebnen. Forener himmel og jord. Stive muskler. Forløser frykt. Detox.

Sel 24



1. V hånd høyre ytterkant av skulderblad i armhulen sel 26

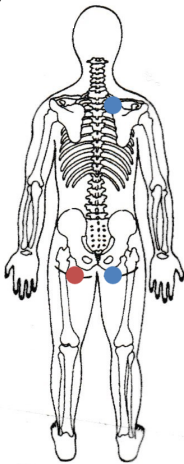
H hånd høyre lysken sel 15(eller H hånd høyre utside fot 24)

2. H hånd venstre ytterkant av skulderblad i armhulen sel 26

V hånd venstre lysken sel 15 (eller V hånd venstre utside sel 24)

HARMONISERER KAOS. Hodepine .Migrene. Gallesten. Indre skjelving fysisk). Bringer forståelse. Peacemaker. Bringer forståelse Klarer tanker fra: Irritasjon. Stahet. Sjalusi. Hevnlyst.

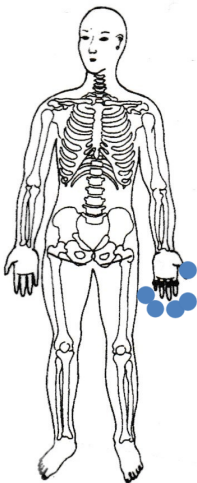
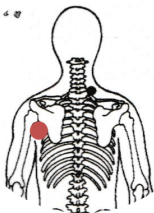
Sel 25



1. H hånd på høyre sitteknute sel 25 V hånd på høyre skulder sel 3
2. V hånd på venstre sitteknute sel 25 H hånd på venstre skulder sel 3

STILLE FORNYELSE. Kvikker og beroliger—finner balansen.. Sirkulasjon. Metabolisme. Detoxifiserer og dehydrerer. «jogging for de late» . Fysisk vektbalanse legge på/tape. Utmattelse.

Sel 26



Kryss armene over brystet å hold armhulen mot 26 (big hug)

1. Hold høyre tommel, pekefinger, midt finger, ring finger, lillefinger med venstre hånd, en finger om gangen
2. hold venstre tommel, pekefinger, midt finger, ring finger, lillefinger, med høre hånd , en finger om gangen

REGISØR. Vitaliserer hele kroppen. Samler deg. Total indre harmoni. Blueprint. Beroliger , «big hug». Stress.

Sels er samlet i DYBDER . Det er som familier med felles område.

Du hjelper en dybde ved å holde en finger

Dybde 1 ytterst overflate sel1—4

Dybde 2 (hvit) dyp overflate sel 5—15

Dybde 3 sel 16—22

Dybde 4 muskler sel 23

Dybde 5 knokler sel 24—26

Dybde 6 sel nr 1—26



Noter

«Just stay in the now and be in the center. All will follow»
-Mary Burmeister

Noter

«Knowledge is not to be mistaken from wisdom»

- Mary Burmeister

Organflows 12 kropp funksjon energier

Venstre side flow beskrevet Alle har også et flow for høyre side

Lunge funksjon energi Dominerer fra kl 4 til 6

«Fra lungene sendes alle tanker ,ord og handling videre til blodet hvor det bæres frem som frø.»

Jeg er .

All respirasjon—bronkitt astma hoste høyfeber forkjølelse. Influensa. Styrker immunsystem. Mister stemmen. Psoriasis. Smerte i overarm og albue. Klarer tankene. Bro mellom indre og ytre verden. Sorg. Følelse av avvising.

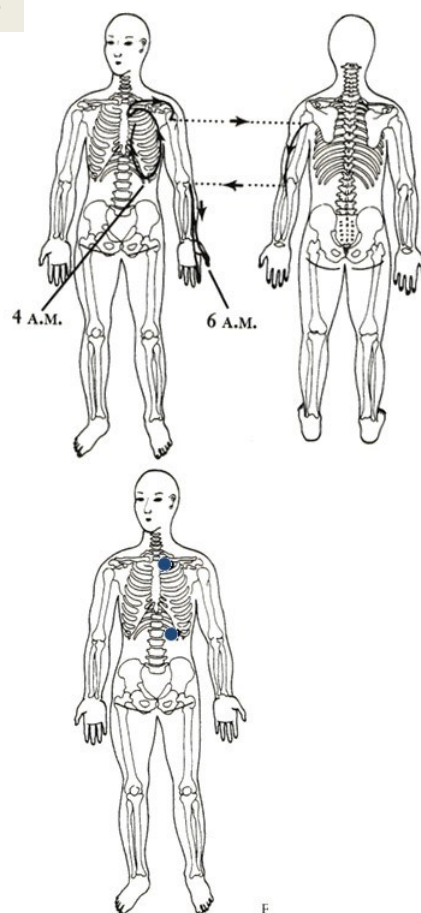
Eksem og kviser.

lungeflow , hold:

V hånd på V sel 14

H hånd V sel 22

Finger: Ringfinger - 2. dybde



Tykkertarm funksjon energi Dominerer fra kl 6 til 8

«Både sinnet og tarmene må være åpne»

Jeg har

Veien til de unike talenter og gaver du har
Sorg tristhet og bekymring. Tvangstanker ,fastlåste tanker. Depresjon. Tender og gummer. Vond hals. Kviser. Akutt og kronisk bronkitt. Forstoppelse og diare. Arm:. Skuldersmerte, tennisalbue, Tunnel syndrom (håndledd)

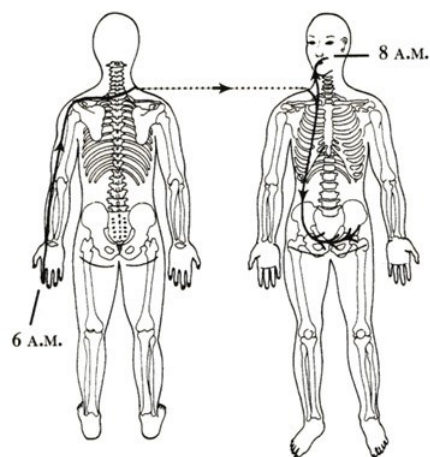
Åpne å la gå det som har blitt oppsamlet.

Tykkertarmflow, hold :

V hånd H sel 11

H hånd V pekefinger

Finger: Ringfinger - 2.dybde



FIG

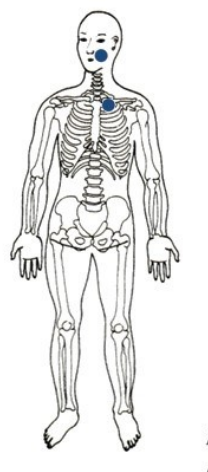
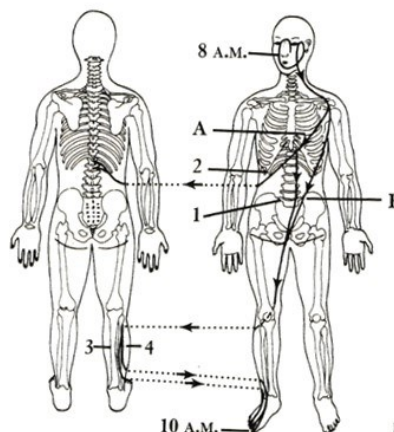


Mage funksjon energi Dominerer fra kl 8 til kl 10

«Magefunksjonen representerer fornuft og intelligens»

Jeg tenker

Utdanne kroppen. All fordøyelse. Urolige nerver fysisk og psykisk. Styrker muskler. Tørre lepper. Oppblåst mage. Søt hunger. Magesykdommer. Spiseforstyrrelser. Beroliger bekymring. Konsentrasjon.



Mage flow, hold:

H hånd V sel 21

V hånd V sel 22

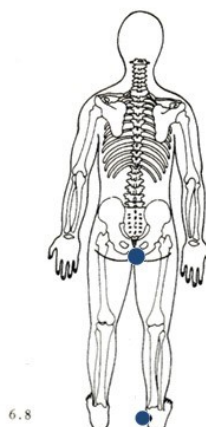
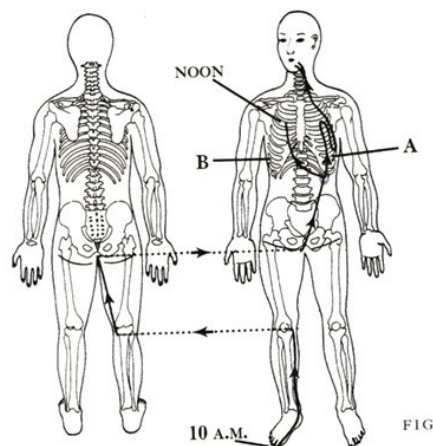
Finger: Tommel - 1. dybde

Milt funksjon energi Dominerer fra kl 10 til kl 12

«Porten til solenergi» Jeg føler

Omformer energi fra ernæring til kroppen. Omsetter sol til nervesystemet. Følelser bestemmer. Bringer entusiasme i livet. Redd for fremtiden. Utmattelse. (ME og MS) Nervøse sammenbrudd. Nervesystemet. Skjoldbruskkjertel. Jern i blodet. Cellulitter . Prolaps

Bra ved kemoterapi. Alt med mat: fordøyelse, spiseforstyrrelse, intoleranser. Candida.



Milt flow, hold:

H hånd høyre sel 5 V hånd coccyx (haleben)

Alternativt: Hhånd venstre sel 14. V hånd høyre sel 13

Finger: Tommel - 1. dybde

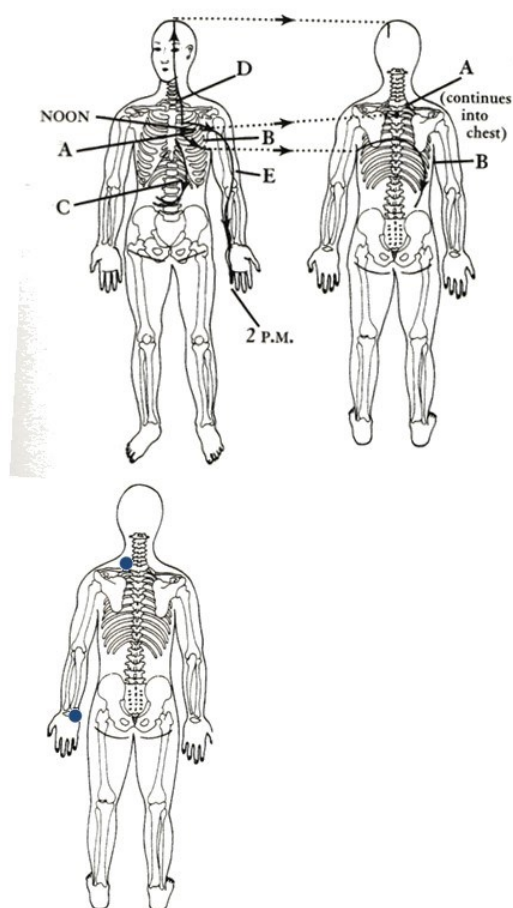
Hjerte funksjon energi Dominerer fra kl 12 til kl 14

«Kroppen er i hjertet, som eiken er i eikenøtten»

Jeg vil—uten anstrengelse

Kontakt med ditt innerste, handle og snakke fra hjertet. Uttrykke følelser. Hjelper hvis du er ulykkelig eller lett provoseres. Sender ildens kraft til alle organer. Magefølelsen. Depresjon. Sinnslidelser. Mental forstyrret. Parkinson, Alzheimer, epilepsi. Stress. Svetteproblemer.

Kolesterol. Blodtrykk og angina.



Hjerte flow, hold:

V hånd V sel 11

H hånd V sel 17

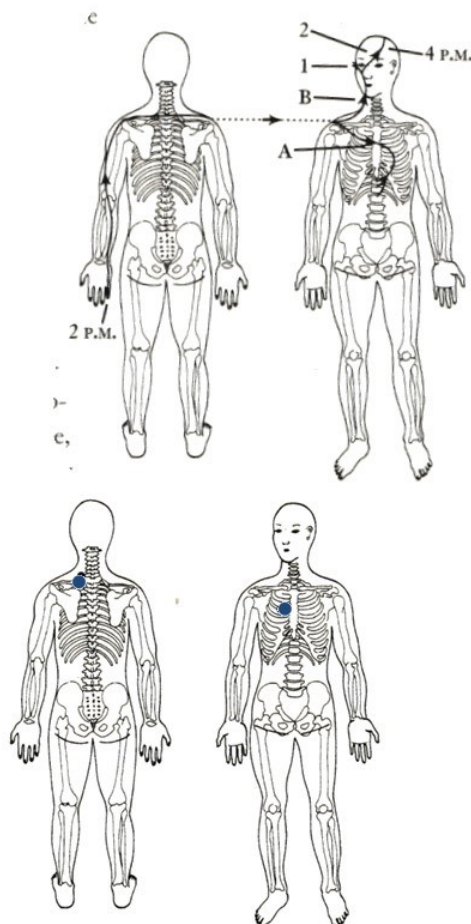
Finger: Lillefinger - 5. dybde

Tynntarm funksjon energi Dominerer fra kl 14 til kl 16

« transporterer lyset» Jeg analyserer

«Snill pike». Prestasjonsangst. Hjelper dømmekraften. Reumatiske sykdommer. Feber. Diare og tarmsykdommer. Smerter i arm skulder albue. Tinnitus og døvheter. Øreinfeksjon. Fordøyelse. Beskytter hjertet.

Høysensitive.



Tynntarmflow, hold:

V hånd V sel 11

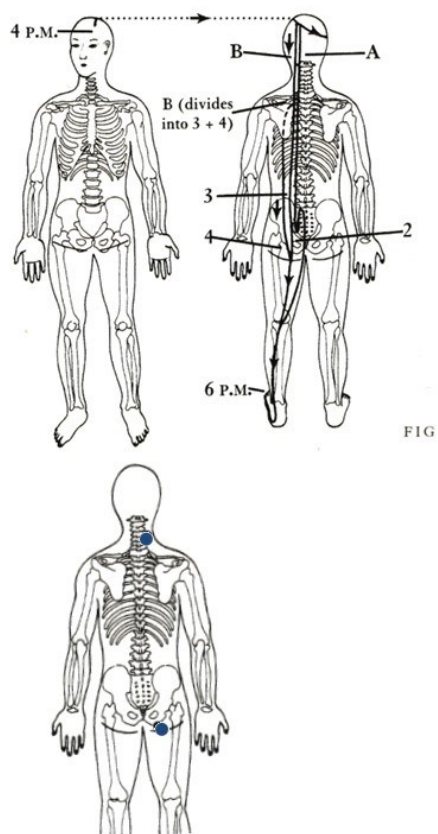
H hånd H sel 13

Finger: Lillefinger - 5. dybde

Blære funksjon energi Dominerer kl 16. til kl 18.

«Tar bort vår angst og tårer» Balanse

Regulerer veske og mineralbalanse. Fysisk harmoni
Depresjon. Angst. Panikk. Fobier. Når man føler energien forsvinner. Detox. Blære. All øre. Muskelkrampe. Epilepsi. Hodepine. Ryggsmerter, nakkesmerter. Artrose. Sengevæter .



Blære flow, hold:

V hånd H 12

H hånd H sel 25

Finger: Pekefinger, 4. dybde

Nyre funksjon energi Dominerer kl 18 til kl 20

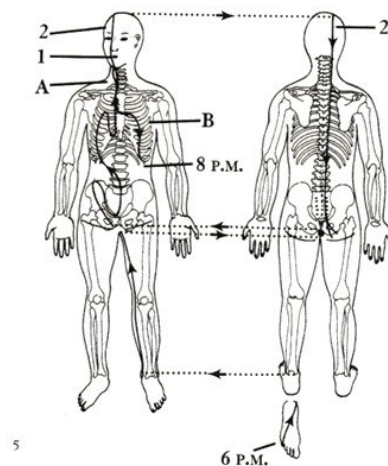
«Livssessens for vår individuelle utvikling»

Jeg skaper

Detox. Sex og reproduksjon. Barnløshet. Prostata Regenerasjon (fornyelse av seller i kroppen). Binyre, adrenalin. Utfordrer meg til ikke å «stivne til døde». Forbindes med sin indre visdom. Det okkulte.

Medfødte handikap og forstyrrelse i utvikling. Rygg og knokler. Høyt blodtrykk.

Mangler viljestyrke. Angst. Depresjon. «workaholic»

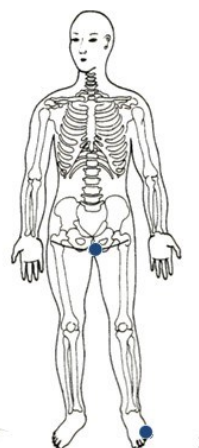


Nyre flow, hold:

H hånd V lilletå

V hånd pubic ben (skamben)

Finger: Pekefinger - 4 dybde



Diafragma funksjon energi Dominerer kl 20 til kl 22

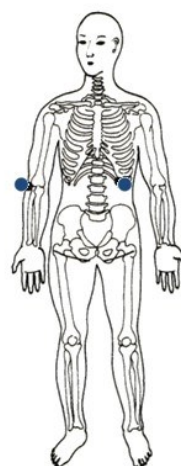
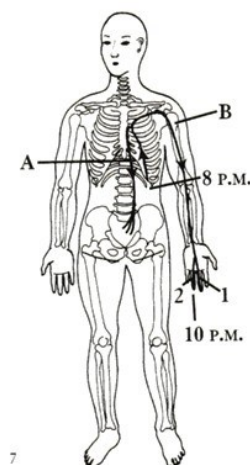
«Kilden til selve livet» Jeg kommer langt

Beskytter alle organer. Avlaster hjerte. Min personlighet og min livspuls. Finne mening med livet, styrke fundament, trygghet..

Nye perspektiver.

Styrer blodtrykk i vener. Tar bort press på hjerte. Angina. Forebygge hjerteinfarkt. Kolesterol. Kort pust. Hetetokter, og hete i hender. Hjelper tåle natt/dag skiftarbeid.

Hjelper ekstroverte personer.



Diafragma flow hold:

H hånd V 14

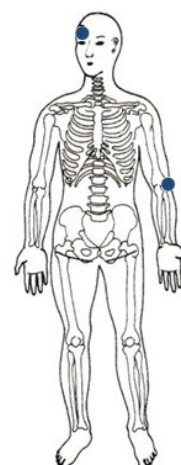
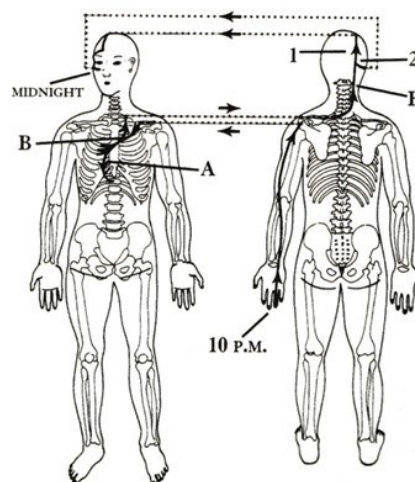
V hånd H sel 19

Finger: Håndflaten innvendig. - 6. Dybde

Navle funksjon energi Dominerer kl 22 til 24

«Vokteren av alle organer» Meningen med livet

Beskytter organer sammen med diafragma energi. Når man føler svakhet. Utmattelse og utbrenthet.. Regulerer hormoner. Er vår termostat. Hjelper graviditet og fødsel. Gir energi utover dagen. Rygg og ledd. Forbin-der oss med guddommelig kraft Hjelper introverte personer



Navle flow , hold:

V hånd H sel 20

H hånd V sel 19

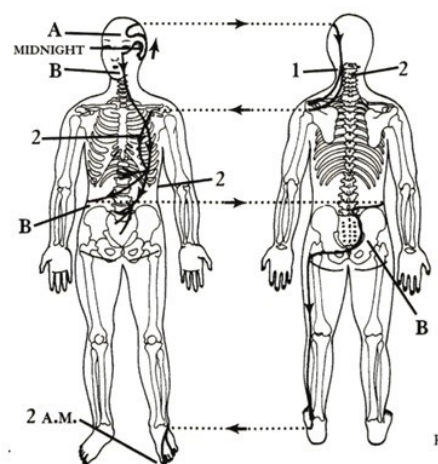
Finger: Håndflaten innvendig - 6. Dybde

Galde blære funksjon energi Dominerer fra kl 24 til kl 2

«kroppen til de objektive tanker. Kontrollerer vår personlige beslutninger og mentale reaksjoner» Jeg vet

Frustrasjon. Depresjon. Sinne. Aggresjon. «Bossy» spydig stadig oppførsel. Gir ny energi. Hodepine på siden. Migrene. Stivheter i muskler og led. Mareritt. Gallesten. Kvalme.

Problemer med korsrygg.



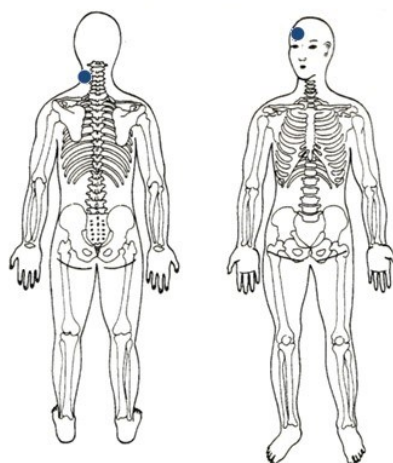
6

Galleblære flow

V hånd på V sel 12

H hånd på H sel 20

Finger: Midterste finger - 3. Dybde.

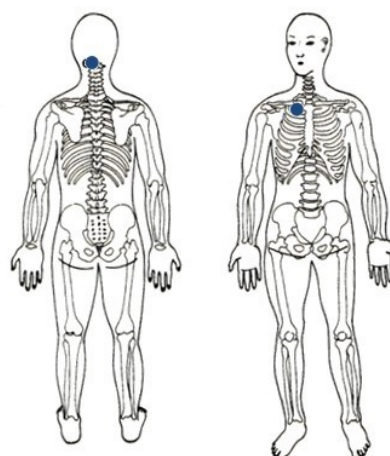
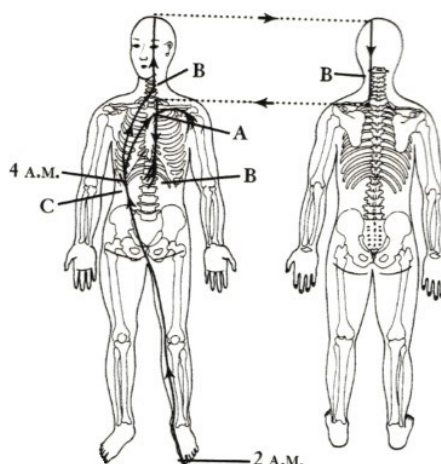


Lever funksjon energi Dominerer fra kl 2 til kl 4

« Forbinder sjelen til kroppen» Til tjeneste

Frustrasjon. Irritasjon. Sinne. Raseri. Avhengighet. Hjelper mot fordommer. Fremmer visjoner og drømme. Fri flyt av følelser. Rygg og ledd. PMS. Stoffskiftesykdommer. Allergi. Alle øyeproblemer/sykdommer. Svimmelhet.

Avgifter kroppen.



Lever flow, hold:

H hånd H sel 4

V hånd V sel 22

Finger: Midterste finger - 3. dybde

6

Noter

«How you fill your mind is what it will be»

_ Mary Burmeister

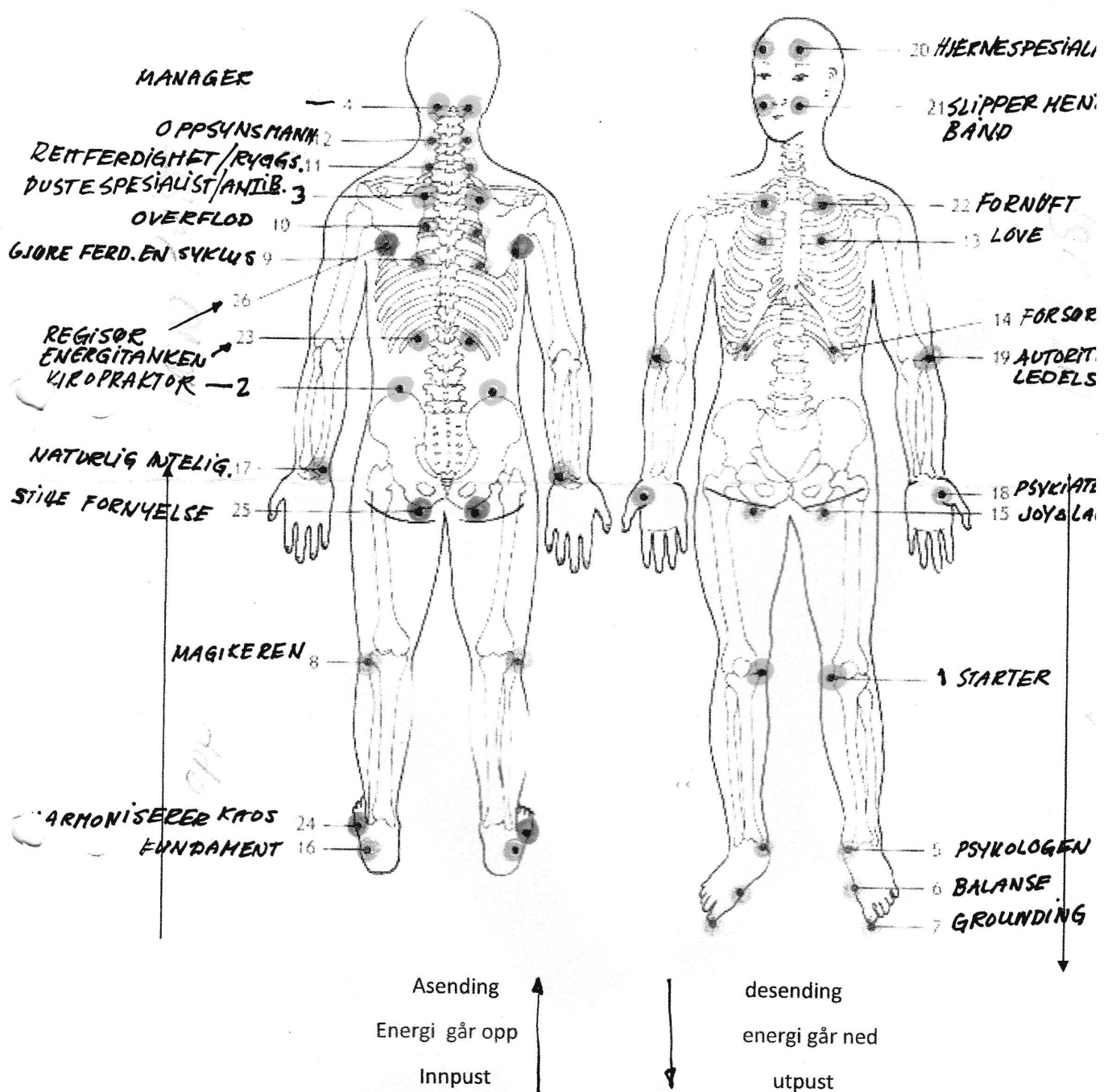
Noter

«Be patient towards all that is unsolved in your heart»

- Mary Burmeister

Jin shin jyutsu

26 safety energy locks SEL



FARGELEGG SEL EFTER HVILKEN DYBDE DE TILHØRER: Husker du hvilken finger og dybde som hører sammen?

Dybde 1 ytterst overflate sel 1—4

Dybde 2 dyp overflate sel 5—15

Dybde 3 blod og væske sel 16—22

Dybde 4 muskler sel 23

Dybde 5 knokler sel 24—26

Dybde 6 LIFE sel nr 1—26

Jin shin jyutsu milt flow og mageflow for selvhjelp og å gi andre

Gode å bruke daglig for vitalitet og energi. Du kan gjerne justere litt hvor du holder, eller hoppe over et punkt.

Hold så lenge på et punkt at du fornemmer universets rytme, da går du til neste punkt. Flow ca fra 10 til 25 min

Milt flowHøyre side av kroppen Venstre side

V hånd på haleben (evt skamben)

H hånd høyre innside ankel sel 5 (evt innside kne sel 1)

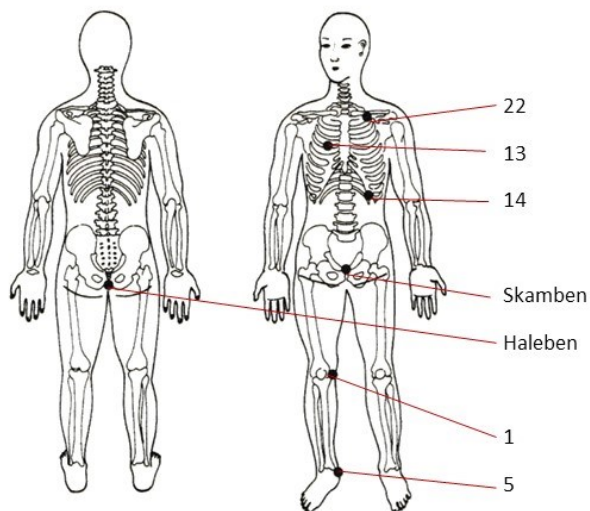
H hånd venstre kant ribbekasse sel 14

V hånd høyre brystkasse sel 13

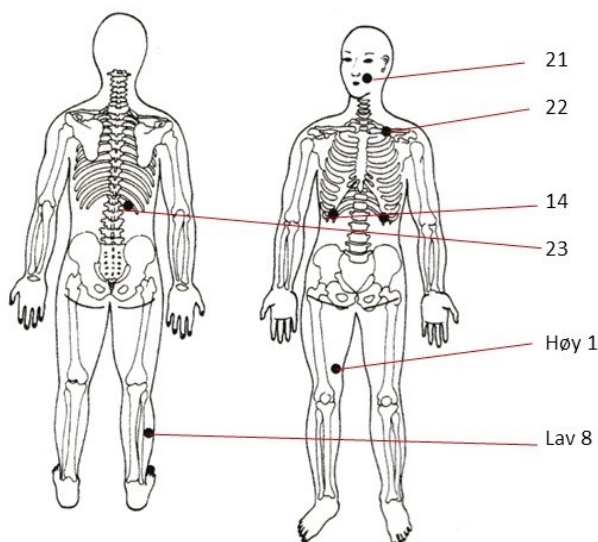
V hånd venstre kant krageben sel 22

Quicky: H hånd høyre innside ankel sel 5

V hånd haleben



Noter

Mage flow

noter

Høyre sideVenstre side av kroppen

H hånd venstre kinnben sel 21

V hånd venstre krageben hjørne sel 22

V hånd høyre kant ribbekasse sel 14

V hånd høyre kant ribbekasse rygg sel 23

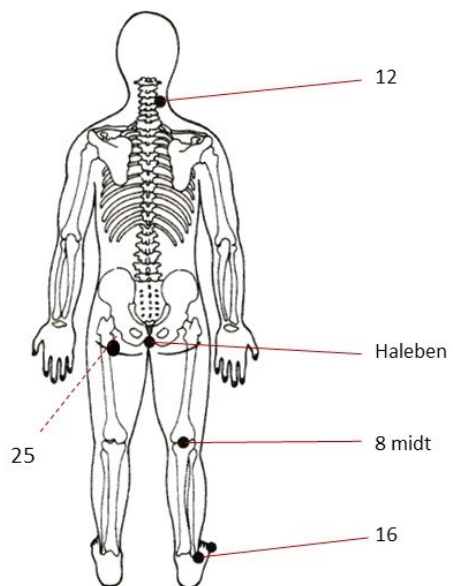
V hånd venstre kant ribbekasse sel 14

V hånd høyre innside lår høy sel 1

V hånd høyre legg utside legg lav sel 8

V. hånd høyre midterste tå.

Blære flow



noter

Høyre side av kroppenVenstre side

V hånd høyre side nakken sel 12

H hånd haleben (evt 25 , som ved selvhjelp)

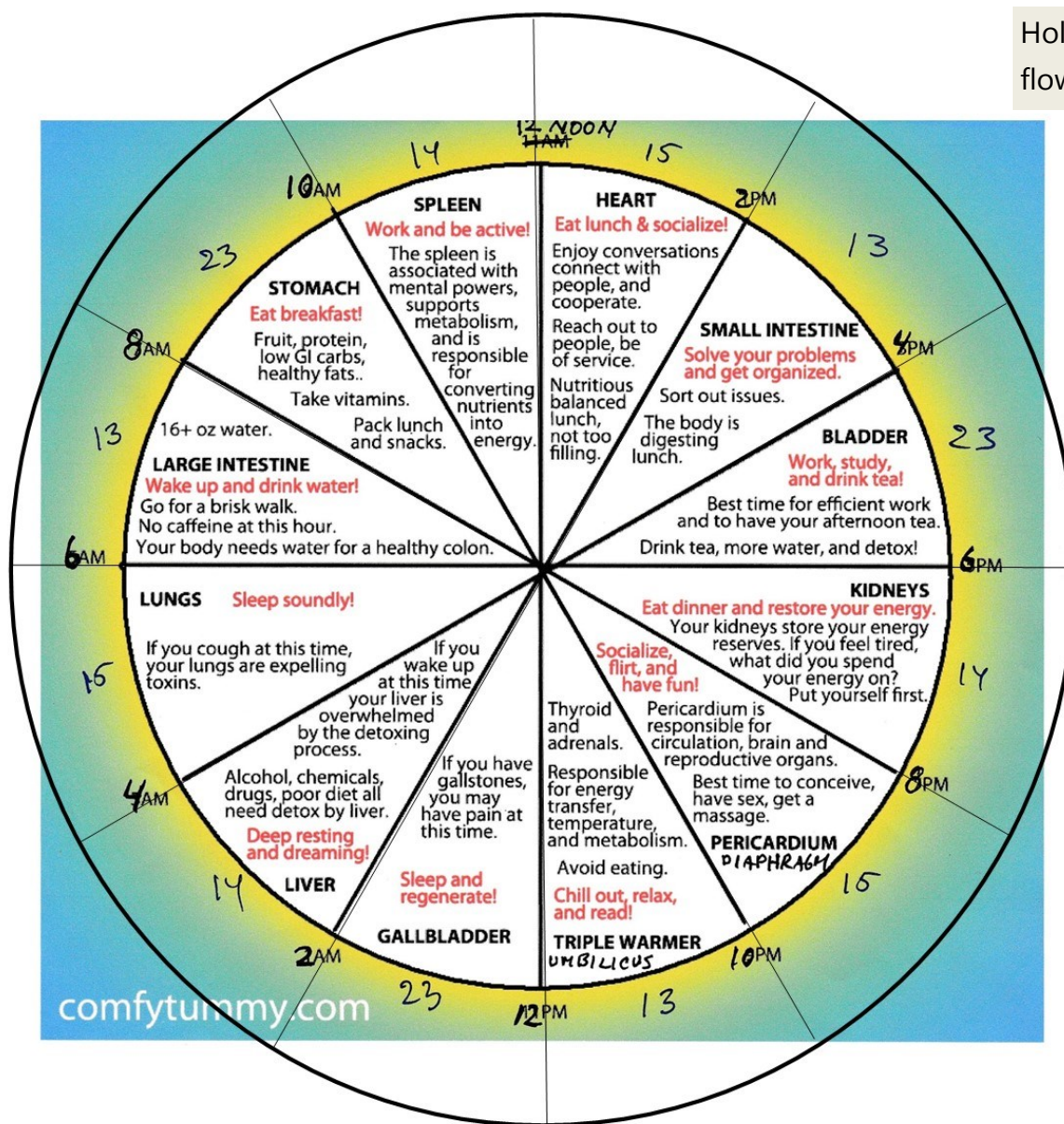
H hånd høyre knæ på bakside 8 midt

H hånd høyre utsiden foten 16

H hånd høyre lilletå

Vår energiklokke, en sammenstilling av jin shin jyutsu og kinesisk medisin

Hold et punkt/
flow



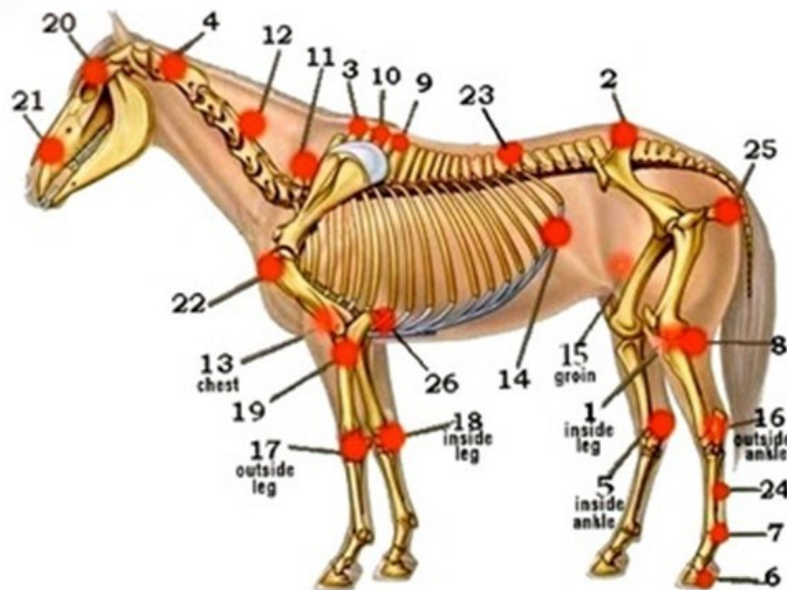
Her har du sammenstilling av jsj , energiklokken og astrologi, hold en finger

- 4-6 am – Lung – Aries (I AM) – **Hold Ring Finger**
- 6-8 am – Large Intestine – Taurus (I HAVE) – **Hold Ring Finger**
- 8-10 am – Stomach – Gemini (I THINK) – **Hold Thumb**
- 10-12 noon – Spleen – Cancer (I FEEL) – **Hold Thumb**
- 12-14 pm – Heart – Leo (I BEAM) – **Hold Little Finger**
- 14-16 pm – Small Intestine – Virgo (I ANALYSE) – **Hold Little Finger**
- 16-18 pm – Bladder – Libra (I BALANCE) – **Hold Index Finger**
- 18-20 pm – Kidney – Scorpio (I CREATE) – **Hold Index Finger**
- 20-22 pm – Diaphragm – Sagittarius (I PERCEIVE) – **Hold Center Palm**
- 22-24 midnight – Umbilicus – Capricorn (I USE) – **Hold Center Palm**
- 24-02 am – Gallbladder – Aquarius (I KNOW) – **Hold Middle Finger**
- 02-04 am – Liver – Pisces (I BELIEVE) – **Hold Middle Finger**

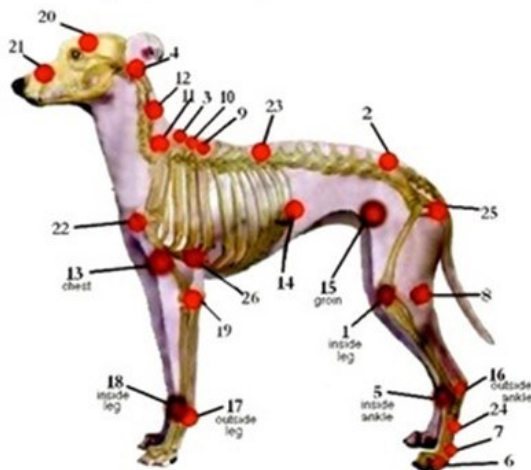
jin shin jyutsu og dyrene

Dyrenes SELs har samme plassering på kroppen som hos mennesker.

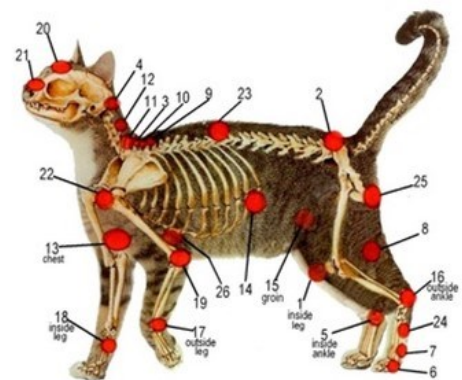
Her er eksempel på hest hund og kat. Du kan se og lese mer på jsjforyouranimal.com



26 Safety Energy Locks of the Horse
 26 Sicherheits-Energieschlösser beim Pferd
 les 26 Verrous de Sauvegarde de L'énergie sur un Cheval



26 Safety Energy Locks of the Dog
 26 Sicherheits-Energieschlösser beim Hund
 les 26 Verrous de Sauvegarde de L'énergie sur un Chien



26 Safety Energy Locks of the Cat
 26 Sicherheits-Energieschlösser bei der Katze
 les 26 Verrous de Sauvegarde de L'énergie sur un Chat

Noter

«Hold index finger, drop your shoulders, smile and recieve»

- Mary Burmeister

Qickie's hurtig hjelp . Hold et av punktene, eller gi flow for et av punktene nevnt

TO HELP:	USE SEL:	TO HELP:	USE SEL:
Abdomen	Mage : 1, 15, 23	Fever	Feber : 3
Ankle	Ankel : 9, 15, 17	Foot	Føtter : 9, 15
Appetite	Appetit : 13	Head	Hode : 1, 7, 16, 18
Arm	Arm : 9, 11, 12	Heart	Hjerte : 10, 15, 17
Back	Rygg : 2, 6, 9, 19	Hip	Hofte : 6, 9, 11, 14
Bloat	Hevelse : 1, 15, 17	Insomnia	Søvnløshet : 4, 18
Brain	Hjerne : 23	Knee	Kne : 10, 15
Breast	Bryst : 17, 19	Leg	Legg : 2, 9, 11, 15
Breathing	Pust : 1, 2, 3	Mental Clarity	Klare tanker : 7, 20, 21, 25
Chest	Bryst : 6, 9, 10, 13	Muscles	Muskler : 8, 16
Circulation	Sirkulasjon : 10, 23	Neck	Nakke : 11, 12, 13, 16
Colds	Forkjølelser : 3	Nervous System	Nerve system : 17
Convulsions	Kramper : 7	Pelvis	Bekken : 3, 8
Digestion	Fordøyelse : 2, 5, 7, 19	Reproductive	Reproduktive : 8, 13, 16, 17
Dizziness	Svimmelhet : 21	Shakiness	Ryste : 24, 26
Ear	øre : 5, 20	Shoulder	Skulder : 10, 11, 13
Elimination	Eliminere : 8, 16	Throat	Haals : 3, 4, 10
Emotional Equilibrium	Følelsesmessig likevekt : 12, 22, 23, 24	Thyroid	Skjoldbruskkjertelen : 14
Equilibrium	Likevekt : 6, 20	Weight	Vekt : 21
Eye	øye : 4, 20	Wrist	ankel : 9, 11

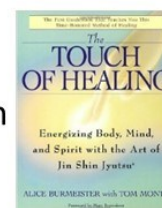
Gjerne klipp ut kopien under

Qickie's hurtig hjelp . Hold et av punktene, eller gi flow for et av punktene nevnt

TO HELP:	USE SEL:	TO HELP:	USE SEL:
Abdomen	Mage : 1, 15, 23	Fever	Feber : 3
Ankle	Ankel : 9, 15, 17	Foot	Føtter : 9, 15
Appetite	Appetit : 13	Head	Hode : 1, 7, 16, 18
Arm	Arm : 9, 11, 12	Heart	Hjerte : 10, 15, 17
Back	Rygg : 2, 6, 9, 19	Hip	Hofte : 6, 9, 11, 14
Bloat	Hevelse : 1, 15, 17	Insomnia	Søvnløshet : 4, 18
Brain	Hjerne : 23	Knee	Kne : 10, 15
Breast	Bryst : 17, 19	Leg	Legg : 2, 9, 11, 15
Breathing	Pust : 1, 2, 3	Mental Clarity	Klare tanker : 7, 20, 21, 25
Chest	Bryst : 6, 9, 10, 13	Muscles	Muskler : 8, 16
Circulation	Sirkulasjon : 10, 23	Neck	Nakke : 11, 12, 13, 16
Colds	Forkjølelser : 3	Nervous System	Nerve system : 17
Convulsions	Kramper : 7	Pelvis	Bekken : 3, 8
Digestion	Fordøyelse : 2, 5, 7, 19	Reproductive	Reproduktive : 8, 13, 16, 17
Dizziness	Svimmelhet : 21	Shakiness	Ryste : 24, 26
Ear	øre : 5, 20	Shoulder	Skulder : 10, 11, 13
Elimination	Eliminere : 8, 16	Throat	Haals : 3, 4, 10
Emotional Equilibrium	Følelsesmessig likevekt : 12, 22, 23, 24	Thyroid	Skjoldbruskkjertelen : 14
Equilibrium	Likevekt : 6, 20	Weight	Vekt : 21
Eye	øye : 4, 20	Wrist	ankel : 9, 11

Oversikt over hvordan hjelpe ulike prosjekter

Oversikten finnes bak i boken



can be used when help is otherwise impossible to secure, such as during travel in remote areas. It is also beneficial as an adjunct to conventional methods of treatment. Its gentle, noninvasive nature assures that its application is safe and does not interfere with other treatments.

The following is a listing of the many ways in which Jin Shin Jyutsu can be applied either as first aid or for chronic conditions. These quickies may be used either for oneself or to assist others. Some of the sequences are repeated several times throughout the chapter—they are beneficial in a wide variety of situations.

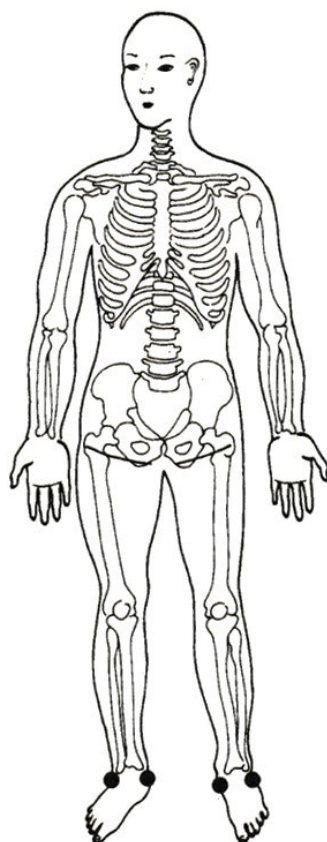


FIGURE 9.1

Alertness—Sit on your hands, either on the palms or on the backs of the hands, while holding SEL 25, located at the ischium (sit-bones).

Allergies—Hold the high SEL 19 (at the upper arm) and the opposite SEL 1 (on the inner thigh).

Ankle and foot projects—Hold the wrist opposite the sore ankle at SEL 17.

Anxiety—Cross the arms and hold the outer edge of the shoulder blades, near the underarms, at SEL 26.

Appetite balance—Hold the base of the cheekbones at SEL 21.

Arthritis—While holding the left foot, hold SEL 5, at the inner ankle, with your right hand and SEL 16, at the outer ankle, with your left hand. For the right foot, hold SEL 5, at the inner ankle, with your right hand, and SEL 16, at the outer ankle, with your left hand. (See Figure 9.1.)

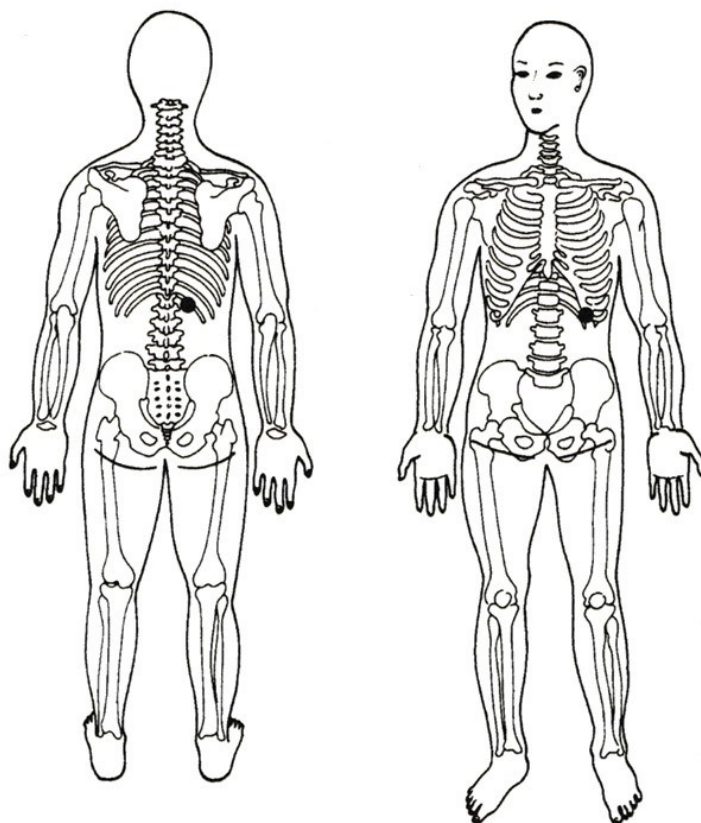


FIGURE 9.2

Asthma and breathing difficulties—With your left hand, hold the base of the left rib cage at SEL 14, and with your right, hold the right SEL 23, at the sma



FIGURE 9.3

Backache and sciatica—Hold both the left and right SEL 15s, at the groin.

Bleeding—Place your right hand on the area of bleeding, and your left hand over the right hand. (See Figure 9.3.) Women who experience excessive menstrual flow can apply this hold to their lower abdominal area.

Bloating, swelling, and water retention—Cross your hands, and hold the inside of the knees at SEL 1.

Breast projects—Cross your arms, and hold the outer edge of the shoulder blades, near the underarms, at SEL 26.

Bunions—Hold the crease of the elbow at thumb-side SEL 19, and hold the same-side outer back of the knee at SEL 8. (See Figure 9.4.)

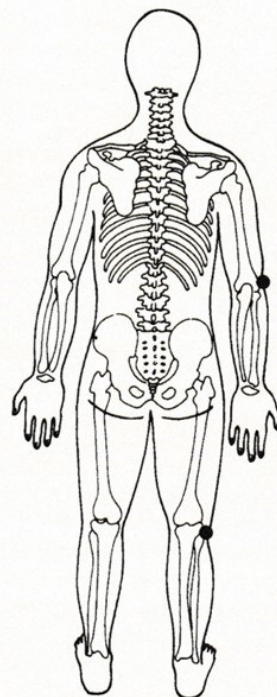


FIGURE 9.4

Burns—Palm the area, or if that is too painful, palm the area above the burn (a few inches away from the burned skin). (See Figure 9.5.)



FIGURE 9.5

Cholesterol balance—Hold the center of the palm of your hands.

Chronic fatigue syndrome—Hold the small of the back on both sides of the spine at SEL 23.

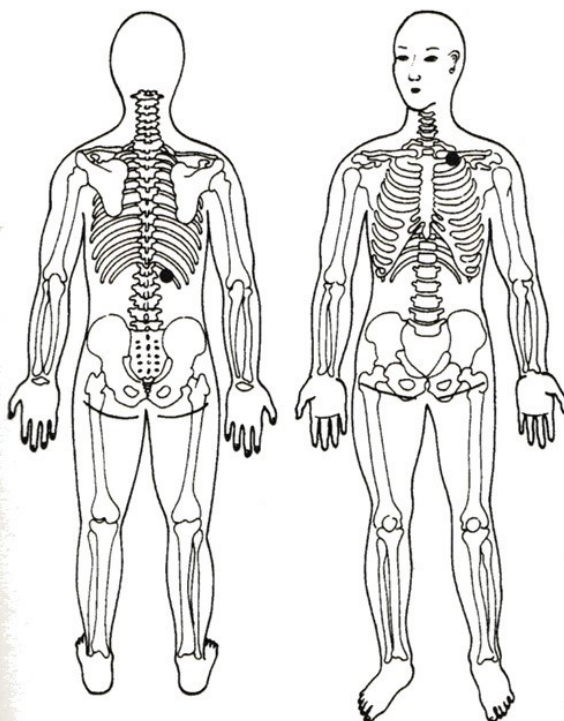


FIGURE 9.6

Colds, flu, and fever—Hold the upper shoulder, at SEL 3, and the same-side groin at SEL 15.

Constipation—Hold the left calf, at low SEL 8.

Cramps and spasms—Hold left and right SEL 23, at the small of the back.

Depression—Hold the area just below the collarbone, at SEL 22, and opposite SEL 23, at the small of the back. (See Figure 9.6.)

Diarrhea—Hold the right calf at low SEL 8.

Dizziness—Hold the base of the cheekbones at SEL 21.

Ear ringing—Hold the ring finger.

Eyestrain—Hold the back of the head, at SEL 4, and the opposite cheekbone, at SEL 21. (See Figure 9.7.)

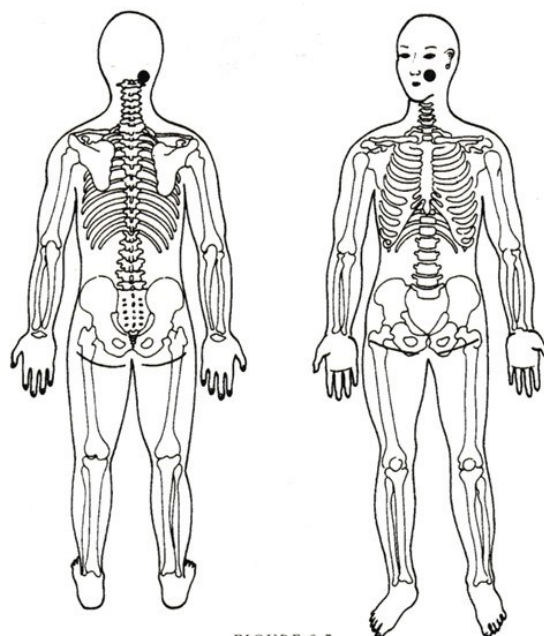


FIGURE 9.7



FIGURE 9.8

Fainting, unconsciousness—Hold the base of the skull at the SEL 4s.

Fertility—Hold both SEL 13s, at the chest.

Hammer toes—Palm the hammer toe, and hold the opposite arch at SEL 6.

Hangovers—Hold the upper shoulders and neck at SEL 11, SEL 12, and SEL 3.

Headaches:

Back-of-head headache—Hold the thumb at SEL 18.

Frontal headache—Hold the outer ankle at SEL 16.

Migraine—Hold both SEL 16 and SEL 18.

Hearing difficulties—Hold the shoulder at SEL 11, and the opposite chest at SEL 13.

Heartburn—Hold the area below the base of the sternum between the SEL 14s.

Heart conditions—Hold the little fingers.

Hiccups—Hold the area just behind the earlobes at lateral SEL 12.

Hot flashes—Hold the left calf at SEL 8.

Immune system—Hold the upper shoulder at SEL 3, and the same-side groin at SEL 15.

Impotency and sexual projects—Hold both sides at SEL 13, on the chest.

Insect bites—Place your left hand directly on the bite, and place your right hand over the left hand. (See Figure 9.8.) This hold can also be used for removing splinters.

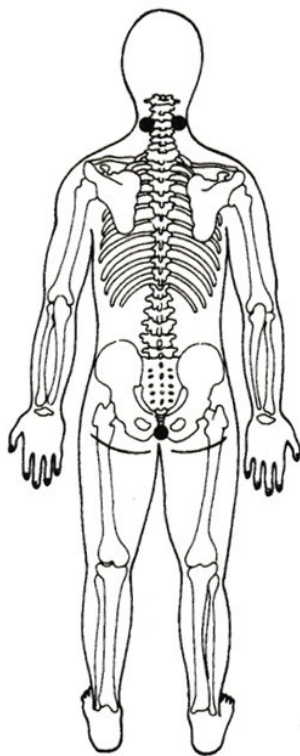


FIGURE 9.9

Insomnia—Hold the base of the thumb at SEL 18.

Jaw projects—Hold the painful jaw area and the opposite outer ankle at SEL 16.

Joint pain—Palm the area of joint discomfort.

Knee projects—Cross your arms, and hold your upper arms at high SEL 19.

Labor and delivery—Hold the lower back at SEL 2, and hold the opposite inside knee at SEL 1.

Memory—Place your right hand on top of the head, and place your left fingers between the eyebrows.

Menstrual tension—Hold both SELs 13 at the chest.

Muscle cramps—Hold the outer backs of the knees, at SEL 8.

Nausea—Cross your hands, and hold high SEL 1 at the inner thighs.

Neck tension—Hold SEL 12 at the neck, and hold the base of the spine (coccyx). (See Figure 9.9.)

Nursing mothers—Hold the middle finger.

Reproductive projects (male and female)—Hold both sides of the chest, at SEL 13.

Shoulder tension—Hold the shoulder at SEL 11, and hold the same-side groin at SEL 15.

Sinus projects—Cross your arms, and hold SEL 19 by the crease of the elbow on the thumb side.

Skin projects (acne, rashes, etc.)—Palm both calves.

Tantrums—Hold the big toes, at SEL 7.

Toothache—Hold the index finger on the side opposite the painful tooth.

Wrist pain—Cross your arms, and hold SEL 19 by the crease of the elbow, on the thumb side.

Noter

«To succeed, Double your failure rate»

- Mary Burmeister

Oversikt kart finner du på de neste sidene

Noter

hvordan du holder flows til de 26 sels (punkter)

jin shin jyutsu selvhjelp 2022

Hold ca 5—15 minutter på et flow en side. Alle flows kan gjøres på både høyre og venstre side..

Sel 1



Sel 2



Sel 3



Sel 4



Sel 5 + 6



Sel 6



Sel 7



Sel 8 trinn 1



Sel 8 trinn 2



Sel 9



Sel 10



Sel 11



Sel 12



Sel 13 alternativ a



Sel 13 alternativ b



Sel 14



Sel 15 alternativ a



Sel 15 alternativ b



Sel 16



Sel 17



Sel 18



Sel 19 + 20 + 21 + 22



Fra kortene

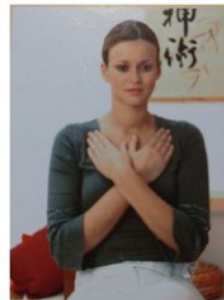
Alternativ til sel 20



21



22



Sel 23



Sel 24



Sel 25



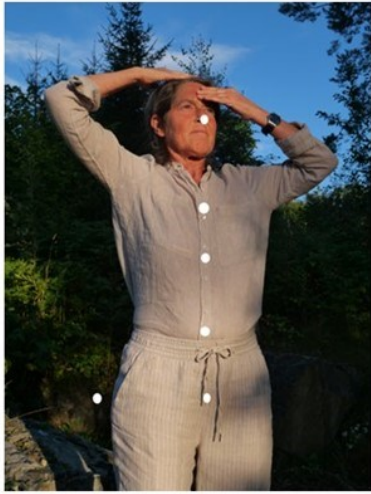
Sel 26 alternativ a



Sel 26 Alternativ b BIG HUG



Jin shin jyutsu flows, trinity



Main central

Den opprinnelige og
sjakraflow



Supervisor

Foran og bak.

Gjøres på begge sider.



To versjoner av
mediator

Gjøres for begge
sider

Flows for å balansere de 12 organ energier

jin shin jyutsu selvhjelp 2022

Du kan gi på både høyre og venstre side. Ca 5—15 min pr side

Hold en finger
og/eller et flow

Lever energi



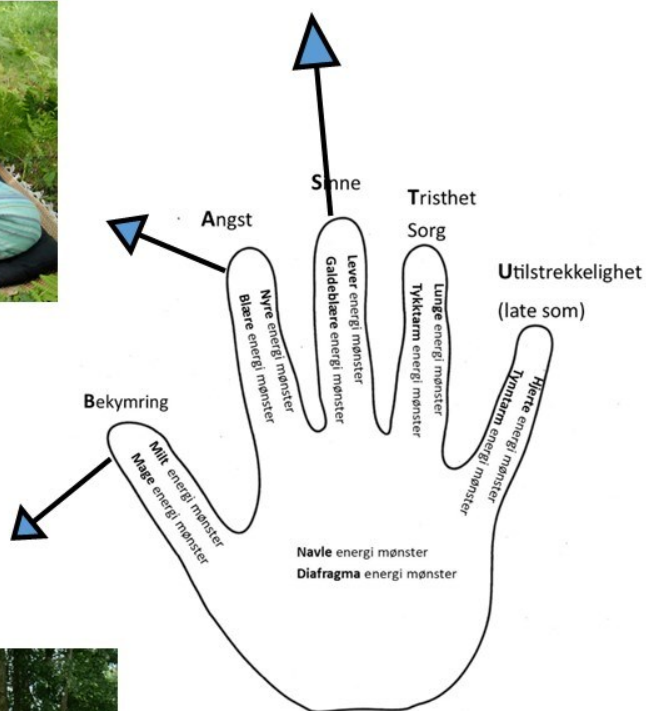
Galdebære energi



Blære energi



Nyre energi



Mage energi



Milt energi



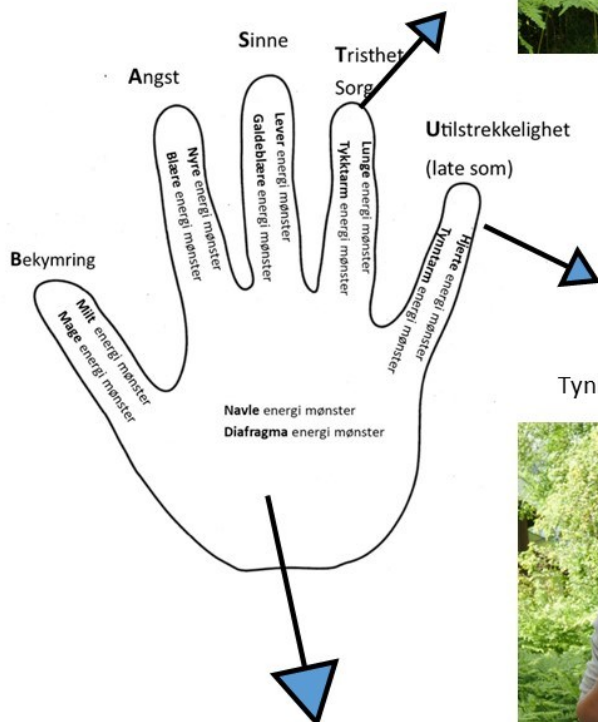
Hold et flow

Og/eller en finger

Lunge energi



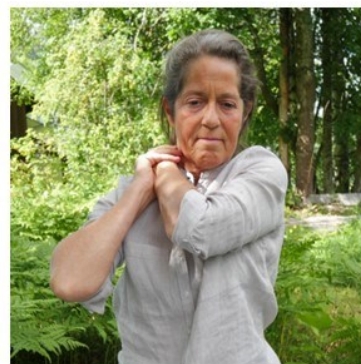
Tykkertarm energi



Tynntarm energi



Hjerte energi



Diafragma energi



Navle energi



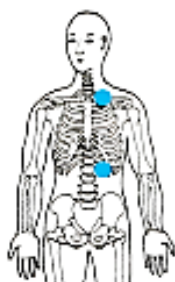
ORGAN ENERGIER (alle flow vist er venstre side)

Flow tegning

beskrevet

område

organ energi funksjon



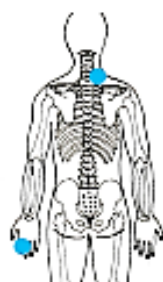
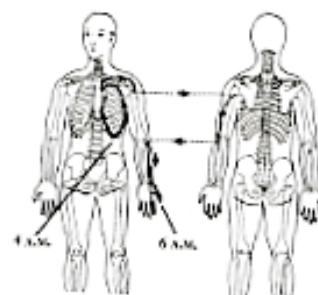
LUNGE ENERGI FLOW

V hånd v kant ribbekasse

H hånd v krageben

Motsatt
ringfinger

All respirasjon
Allergi
Klare tanker
Sorg
Følelse av avvisning
Kviser og eksem



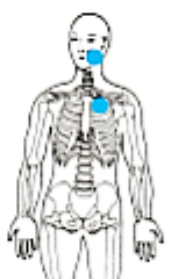
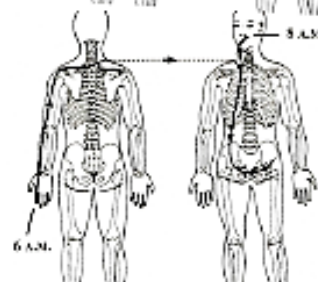
TYKKTARM FLOW

V hånd H skulder

H hånd V pekefinger

Motsatt
ringfinger

Sorg tristhet bekymring
Tenner, gummer
Forstoppelse, diare
Skulder arm
La gå det du har samlet



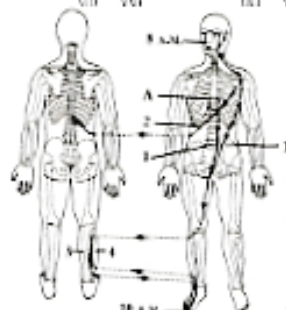
MAGE FLOW

H hånd V kinnben

V hånd V krageben

Motsatt
tommel

All fordøyelse
Uro fysisk psykisk
Oppblåst
Søthunger
Spiseforstyrrelse
Beroliger, bekymring



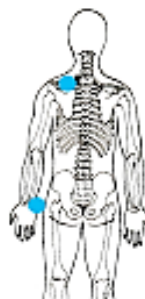
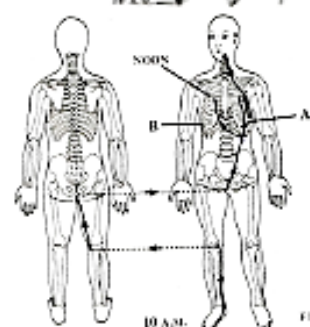
MILT FLOW

H hånd H innside hæl

V hånd haleben

Motsatt
tommel

Energi
Sol til nervesystem
Utmattelse
Skjoldbruskkjertel
Kemoterapi
Candida



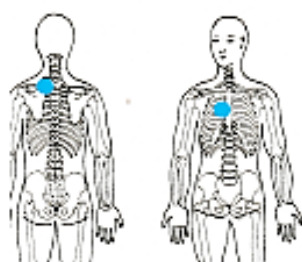
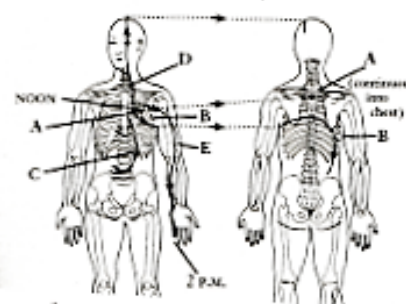
HJERTE FLOW

H hånd V håndled

V hånd V skulder

Motsatt
lillefinger

Kontakt med innerste
Magefølelse
Depresjon
Parkinson
Kolesterol
Blodtrykk, angina



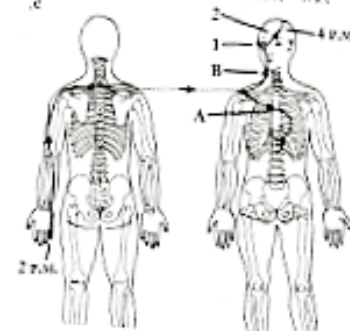
TYNNTARM FLOW

H hånd H 3. ribbein

V hånd V skulder

Motsatt
lillefinger

Snill pike
Prestasjonsangst
Dømmekraft
Reumatiske sykdommer
Feber
Tinnitus døvhets
Høysensitiv



ORGAN ENERGIER

Flow tegning

beskrevet

område

organ energi funksjon



BLÆRE FLOW

H hånd H sitteknute
V hånd H side nakke
Motsatt
pekefinger

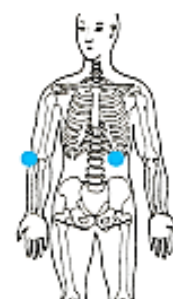
Væske- mineralbalanse
Angst, panikk fobi
Detox
ryggsmerter
Nakkesmerter
Sengevæter
artrose



NYRE FLOW

H hånd V lilletå
V hånd pubic ben
Motsatt
pekefinger

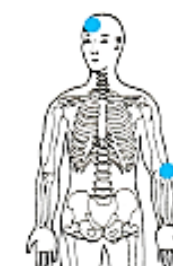
Detox
Sex og reproduksjon
Binyre
Adrenalin
Indre visdom, okkulte
Depresjon
Mangle viljestyrke
angst



DIAFRAGMA FLOW

H hånd V kant ribbekasse
V hånd H innside albue
Motsatt
håndflate

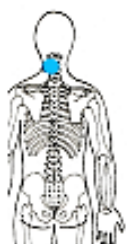
Beskytter alle organer
Avlaster hjerte
Hjerteinfarkt kolesterol
Hetetokter
Dag/natt skifte arbeide
Trygghet
Mening med livet
Hjelper ekstroverte



NAVEL FLOW

H hånd V innside albue
V hånd H panne
Motsatt
håndflate

Beskytter alle organer
Utmattet utbrent
Føle seg svak
Termostat
Hjelper mor v/ fødsel
hormoner
Guddommelig kraft
Hjelper introverte



GALLEBLÆRE FLOW

H hånd H panne
V hånd V side nakke
Motsatt
langfinger

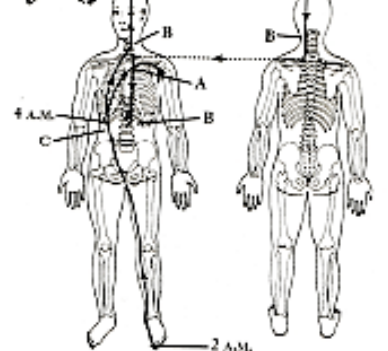
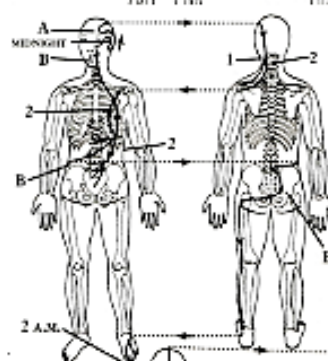
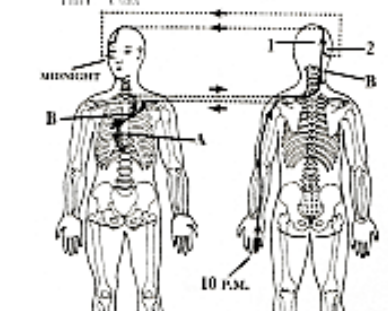
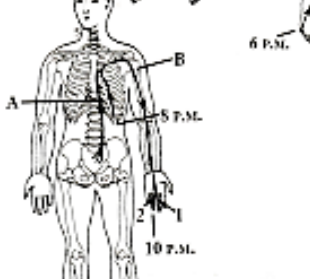
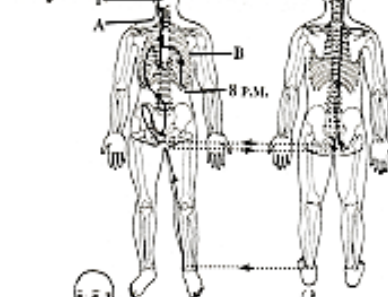
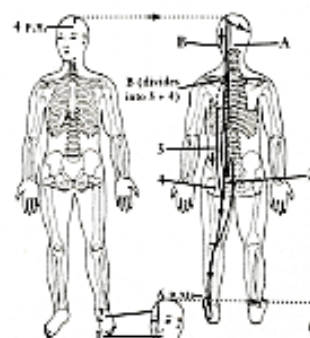
Frustrasjon, sinne,
Aggresjon, stadig
Gir ny energi
Hodepine migrane
Gallesten
Mareritt
Kvalme
Korsrygg problemer



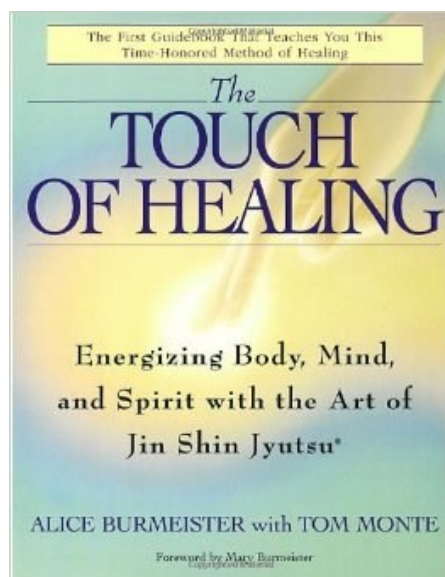
LEVER FLOW

H hånd H kant kranie
V hånd V krageben
Motsatt
langfinger

Sinne, raseri, irritasjon
Avhengighet
Fremmer visioner
Fri flyt av følelser
Stoffskifte sykdommer
Allergi
Alle øyeproblemer
Svimmel
avgifter



Anbefalt lesestoff. Dette er de offisielle bøker utgitt av Jin shin jyutsu «headquarter»
Der er etter hvert en del bøker på engelsk og tysk. Du finner de på google.



På alibris får du kjøpt
Touch of healing og kortene.
På jsjinc.net kan du kjøpe alt ,
Vær oppmerksom på prisfor-
skjell i forsendelse



Alle quotes er
fra denne boken
«What Mary Says»



Nyeste utgaven

Link for mer info.

dortheleth.no jsjinc.net flowsforlife.com

Du finner en del videos ved å søke på youtube.

Mine videos på norsk finner du både på min hjemmeside og på youtube.

Jin shin jyutsu for dyr: jsjforyouranimal.com/

Efterskrift

Litt om meg , Dorthe Leth, og Jin shin jyutsu.

Jeg er rosenterapeut, kranio sakral behandler, healer, sjaman meditasjonslærer, spirituell veileder, Jin shin jyutsu lærer og kursholder, med egen praksis siden 1999

Du kan lese mer om meg og mitt på min hjemmeside

dortheleth.no

Jin shin jyutsu fant meg.



2006 var jeg på et kurs arrangert av min tidligere rosenmetode-lærer sammen med hennes klarsynte venninne. En nydelig liten dame, som «så» energiene våre mens vi ga en rosenbehandling.

Når det ble min tur kjente jeg en ganske så kraftig energi bevege seg rett over meg, noe fylte meg, mens jeg stod der ved benken, klar for å behandle. Jeg ble ærlig tatt ganske svett, fikk en smule prestasjonsangst, enda jeg var en rutinert terapeut.

Den lille klarsynte damen satt der med lukkede øyne. Jeg la hendene på min «klient», det gikk ikke lang tid før hun tok i armen på sin venninne, min rosenlærer.: «Du, dette er ikke rosen, dette er den slags behandling du gav meg før vi skulle jobbe her i dag, hva er det nu den heter?» Min lærer: undres «jin shin jyutsu?»

« ja! Ja! Du gjør jin shin jyutsu!»

Umiddelbart ble jeg litt fortørnet, men så kom nysgjerrigheten - hva i al verden er jin shin jyutsu?

Min lærer svarte meg ved å skrive på flipp over'en :

JIN SHIN JYUTSU JIRO MURAI MARY BURMEISTER « gå hjem å google « sa hun med glimt i øyet.

Du vet, noen ganger opplever man et øyeblikk hvor alt står stille å du vet , dette er viktig. Det var et sådan øyeblikk. Senere skjønte jeg det måtte ha vært Jiro «på besøk» den dagen.

Jeg gikk hjem, fant ingen i Norge, men en behandler i København som «tilfeldigvis» skulle arrangere 5 dagers basic kurs 1 måned senere. Det var starten deretter bare rullet jsj ballen. Jin shin jyutsu har siden vært viktig for meg privat og i mitt arbeide med klienter.

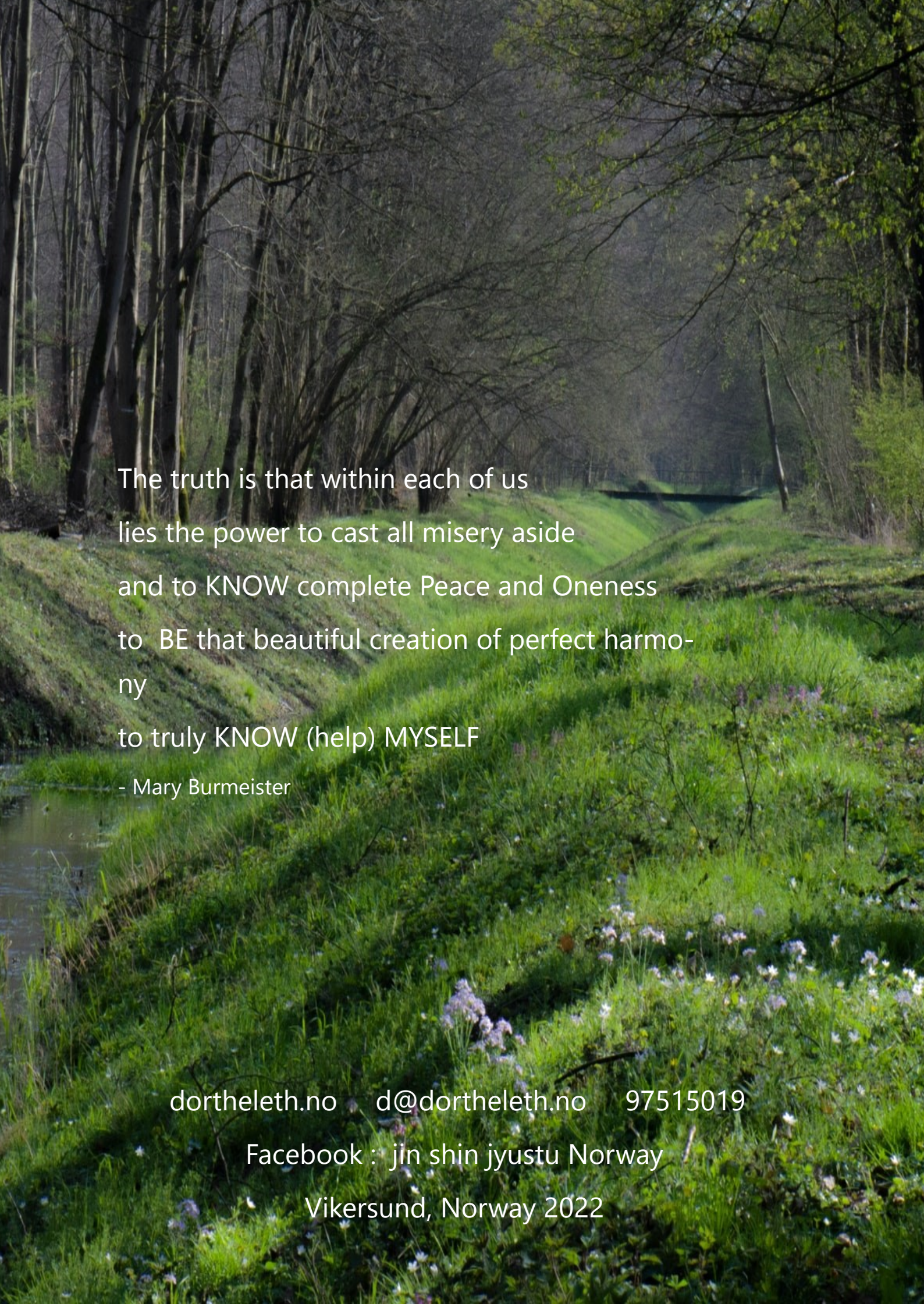
Jeg har etter hvert tatt ulike kurs i både Danmark Tyskland Østerrike, Nederland, med fantastiske lærere og grupper på 45–65 studenter ! Etter hvert begynte jeg arrangere selvhjelp kurs i Norge, og har nu gjort det over flere år. Her har blitt mange som bruker jsj hver dag, mye glede og utbytte.

Dog vi er fortsatt i et stadie av ponerarbeide. I skrivende stund samler jeg vitnesbyrd som du kan lese etter hvert på min hjemmeside. Jeg håper du også får mye glede av filosofien og flows'ene, samt får lyst bringe noen triks videre

Dette er første gang jeg har jsj webkurs, foranlediget av corona og begrensninger rundt smittevern.

Du er velkommen til å melde deg på mitt nyhetbrev, ved å skrive til d@dortheleth.no

Hilsen Dorthe Leth



The truth is that within each of us
lies the power to cast all misery aside
and to KNOW complete Peace and Oneness
to BE that beautiful creation of perfect harmony
to truly KNOW (help) MYSELF

- Mary Burmeister

dortheleth.no d@dortheleth.no 97515019

Facebook : jin shin jyustu Norway

Vikersund, Norway 2022