

## Mamma e bimbo

**Carissime mamme**, mi rivolgo a voi, perché penso di poter aiutarvi in molte situazioni difficili con i vostri bimbi. Sono mamma anch'io, con tre parti in tre anni e mezzo ho vissuto la maternità con immensa felicità. Sono stati anni molto impegnativi, a volte ero opprressa dalla stanchezza perché il sonno era disturbato e, devo ammettere, che mi è accaduto di arrivare all'orlo di una crisi nervosa. L'esperienza vissuta mi permette di comprendere le vostre difficoltà e i problemi legati al benessere dei vostri figli. Sono passati ventotto anni e nel tempo ho studiato diversi metodi naturali di guarigione, rimedi on erbe selvatiche, con i fiori di Bach, con i sali minerali di Schüssler. Nell'anno 2000 ho conosciuto Jin Shin Jyutsu e ho percepito da subito che agisce in profondità e ha un grande potere di aiuto. Da allora applico giornalmente e approfondisco la continuazione quest' arte giapponese. Jin Shin Jyutsu rinforza a propria profonda potenza di auto guarigione e aumenta le nostre energie vitali. Jin Shin Jyutsu armonizza corpo, mente e anima in modo ottimale e regolarizza il nostro sistema nervoso: immunitario. Quando i nostri bimbi vedono la luce del nostro mondo sono esposti a molti rumori e sono bersagliati da migliaia di stimoli che possono provocare irrequietezza o altri disturbi: con Jin Shin Jyutsu possiamo proteggerli in modo che non tutto riesca a penetrare in profondità o possiamo aiutarli ad elaborare il vissuto. Con qualche applicazione di Jin Shin Jyutsu riescono a dormire più tranquillamente, ad arginare le loro aure, a ridurre le coliche e tanto altro ancora, come ad esempio le tensioni scolastiche. Jin Shin Jyutsu può essere applicato a chiunque ed è facile da imparare. Con Jin Shin Jyutsu potete aiutare i vostri bimbi a crescere in modo equilibrato, attivando i lussi energetici adeguati.

## Jin Shin Jyutsu in gravidanza

### Accompagnamento durante la gravidanza

Oggi la scienza è in grado di capire il percorso dello sviluppo del bimbo. Con **Jin Shin Jyutsu** la futura mamma, ha la possibilità di sostenere la crescita del bimbo già nel suo grembo. Anche per la donna è un aiuto prezioso per migliorare disturbi come la nausea, la stitichezza, il gonfiore o la pesantezza alle gambe o altri malesseri. Applicando giornalmente a casa, si va verso il parto sereno e con gioia e le ansie vengono trasformate in fiducia.

## Partecipare a Condividere JSJ

Ci troviamo regolarmente per scambiarci sequenze di flussi energetici di JSJ. Non è necessario avere conoscenze dell'arte dello Jin Shin Jyutsu. E' facile da applicare. Ognuno potrà dopo una breve spiegazione, eseguire un'applicazione con le sue mani su un'altra persona e godere di un trattamento di circa 40 minuti. Lo Jin Shin Jyutsu aiuta ad armonizzare il corpo ed equilibra i nostri flussi energetici in modo ottimale.

**Applicazioni su se stessi  
nel Portale a Muraltal:**  
Una volta al mese il sabato  
dalle 9.00 alle 12.00

**Condivisione nel centro  
Equilibrio a Chiasso:**  
Lunedì dalle 17.15 alle 19.00  
Mercoledì 9.30 alle 11.15  
Venerdì 13.45 alle 15.30

La vostra conferma della partecipazione in anticipo mi permette di preparare il materiale necessario.

## Jin Shin Jyutsu

aumentare  
la nostra  
forza  
vitale



Agnese Livi  
Centro Equilibrio c/o Studio3spazi  
Via Motta 6 6830 Chiasso

Tel. 091 682 70 40 / 079 615 75 14  
www.jsj-ticino.ch / info@jsj-ticino.ch



## Cos' è Jin Shin Jyutsu

**Jin Shin Jyutsu è l'arte di conoscere e aiutare se stesso**

Jin Shin Jyutsu fu scritto nel 700 avanti Cristo in un antico libro del Giappone, il *Kojiki* e fu riscoperto da un maestro giapponese, *Jiro Murai*, all'inizio del ventesimo secolo. *Jiro Murai* ha dedicato la sua vita allo studio e allo sviluppo di Jin Shin Jyutsu, dopo aver superato una malattia che lo avrebbe portato verso la morte.

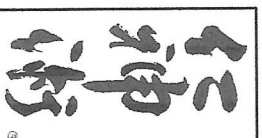
Egli ha condiviso la sua saggezza con *Mary Burmeister*, una giapponese nata in America, che ha portato questo **metodo di guarigione** negli Stati Uniti. Lo Jin Shin Jyutsu che viene praticato al giorno d'oggi si basa su annotazioni ed istruzioni di *Mary Burmeister*. Con Jin Shin Jyutsu il nostro corpo trova il proprio equilibrio, migliorando così salute e benessere.

### Jin Shin Jyutsu

**rinforza la propria profonda**

**potenza di autoguarigione**

ed è un' integrazione significativa nel sistema curativo tradizionale. Tutti i metodi di guarigione del lontano est si basano sul fatto che il corpo è in relazione con delle sottili energie vitali e tutte le funzioni sono collegate tra di loro. Questi intrecci di energie seguono flussi ben stabiliti nel nostro corpo. Le serrature di salvaguardia funzionano come chiuse nel fiume o come fusibili nell'elettricità. Nello stesso momento esse sono anche i punti dove noi, posando le nostre mani attiviamo il flusso energetico per garantirne un passaggio ottimale.



### Come si pratica

Jin Shin Jyutsu è uno dei metodi di guarigione più antico e più semplice da praticare. Né pressione, né massaggi, nessuna fatica, soltanto posando le mani su di noi sopra i vestiti. Per questo si può applicare Jin Shin Jyutsu durante la giornata, in treno, al cinema, ad un concerto o a teatro, davanti alla televisione, o nelle sale d'attesa;

**Le possibilità sono infinite.**

Posando le dita sul nostro corpo diamo un'accensione e i nostri flussi energetici cominciano a muoversi. Con quest'applicazione ognuno può equilibrarsi in modo ottimale e il nostro sistema immunitario e nervoso si rigenera in modo ideale. Lo scopo di ogni applicazione di Jin Shin Jyutsu è sempre e soltanto quello di raggiungere l'armonia.

L' allontanamento delle tensioni e dello stress mentale ci dà la sensazione di esserci liberati da un peso. La respirazione fluisce più calma e più profonda, naturalmente perché

### il nostro sistema nervoso

**è più rilassato.**

In conseguenza all'apertura di canali energetici bloccati, i sintomi del malessere si dileguano in modo dolce.

**Praticare Jin Shin Jyutsu regolarmente su se stessi apre le porte verso la profondità dell'anima, rinforza le energie vitali e ritarda il processo d'invecchiamento.**

### Come si impara Jin Shin Jyutsu

Quando sentiamo un malessere o un dolore, inconsapevolmente appoggiamo le nostre mani su punti energetici del nostro corpo. La nostra saggezza interiore ci guida su dove posare le nostre mani per trovare sollievo. Possiamo facilmente integrare Jin Shin Jyutsu giornalmente. Imparando dove si trovano queste serrature di salvaguardia e cosa esse attivano nel nostro sistema energetico, si fa un passo verso un futuro consapevole.

**Frequentare corsi di Jin Shin Jyutsu vuol dire prendere responsabilità verso se stessi e per il proprio benessere.**

### Dove si impara Jin Shin Jyutsu

Ci sono varie possibilità di prendere contatto con Jin Shin Jyutsu e di usarlo. Inizialmente ai corsi di aiuto si può imparare la sapienza, il significato delle serrature di salvaguardia e i singoli flussi energetici. Di conseguenza si può scegliere più consapevolmente come usare lo Jin Shin Jyutsu quotidianamente. Impariamo ad ascoltarci e a seguire il nostro intuito.

A dipendenza della situazione potrebbe essere anche sensato all'inizio, prendere contatto con un terapeuta con formazione in Jin Shin Jyutsu. Il terapeuta **studiando per anni** la scienza di Jin Shin Jyutsu e con la sua competente esperienza, capisce quale è il bisogno per portare equilibrio al corpo e di conseguenza, con uno o più applicazioni, nasce una situazione di partenza ottimale per il futuro dell'uso di Jin Shin Jyutsu.

Jin Shin Jyutsu si impara in tutto il mondo ed i libri sono stati tradotti in quasi tutte le lingue.