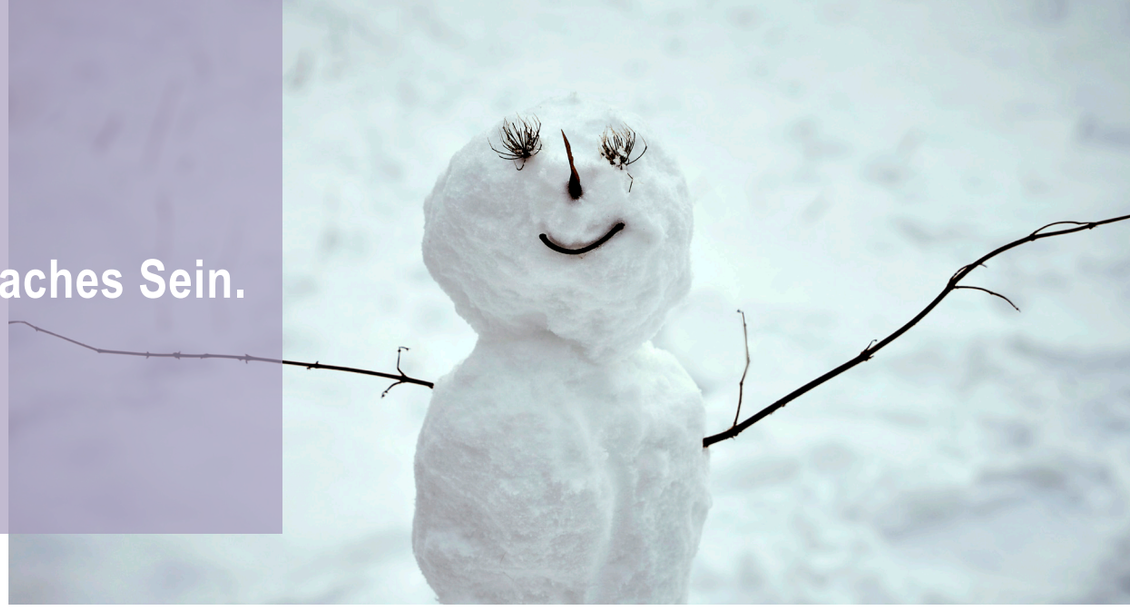
Jin Shin Jyutsu

ist eine Kunst ohne Eile, über leises Glück und einfaches Sein.

Online am
21. | 28. Januar und 4. Februar
von 19:30 bis 21 Uhr



Wagemut

Im beginnenden Jahr möchte ich euch gerne mit meinem neuen Lieblingswort bekannt machen.
Etwas zu wagen bedeutet sich etwas zu trauen oder auch beherzt zu sein. Das benötigen wir in verschiedenen Lebenssituationen doch oftmals. Mit Wagemut lockt uns sogar die Kühnheit, Tapferkeit auch Abenteuerlust und Unerschrockenheit. Mutig wagen neu zu schauen, hinspüren, was stimmig ist für mich und was nicht, sich vielleicht sogar über Komfortzonen bewegen, die Flügel ausbreiten und Fülle einladen.

Mary Burmeister nennt den Magenstrom und den Milzstrom, ‚die tragende Kraft unseres Lebens' oder 'mein Platz an der Sonne'. Zwei Kraftquellen, die uns erlauben wagemutig zu sein. Wir verbinden uns mit diesen beiden Energiequalitäten, stärken damit unsere Mitte, fühlen uns genährt, geliebt und können Selbstbewußtsein und Mitgefühl entwickeln. Gleichzeitig verbinden wir uns mit der Erde, lassen unsere Wurzeln tief wurzeln und spüren: das tut gut und trägt uns durch das Jahr.

Jin Shin Jyutsu ist eine einfache Selbsthilfe, sie wirkt voller Harmonie auf unseren Körper, unseren Geist und unser gesamtes Wesen, unterstützt damit das Immunsystem und alle Wirkkreise unseres Seins.

Organisatorisches

Online am	21. und 28. Januar und 4. Februar
jeweils von	19:30 bis 21 Uhr
Kosten	55 Euro für drei Termine 20 Euro pro Termin
Anmeldung	info@sabinekrings.de

Die kraftvollen und einfachen Übungen sind für jeden leicht anwendbar und lassen sich bequem in den Alltag integrieren | um sich wohler und fitter zu fühlen | um Schmerzen zu lindern | bei akuten oder chronischen Belastungen | als wirkungsvolle und kräftigende Selbsthilfe | Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

Der Weisheit unseres Körpers lauschen.

仁神術

Jin Shin Jyutsu

Berühren und berührt werden - spüren, wie gut das tut.

Sabine Krings | mobil +49 (0) 179 1215121 | info@sabinekrings.de | jsj-physiophilosophie.de