

## HISTOIRE

Le Jin Shin Jyutsu était quasiment oublié au Japon, lorsque le maître Jirô MURAI le raviva de façon spectaculaire au début du 20ème siècle.

A la fin de la 2ème guerre mondiale, Mary BURMEISTER, une sino-américaine en visite au Japon, rencontra maître Jiro Murai. Il lui demanda de rapporter un cadeau de l'orient à l'occident.

Elle accepta et étudia l'Art du Jin Shin Jyutsu et le transmit à son tour aux Etats-Unis. Il voyage maintenant à travers le globe.

Cet Art est la connaissance de la force vitale dans le corps. En posant nos mains sur différentes zones de notre corps ou en se tenant un doigt, **nous pouvons alors prendre une part active à notre équilibre physique, mental, émotionnel et spirituel.**

Ces zones, nos **26 verrous de sauvegarde de l'Energie**, sont des véritables alliés qui nous préviennent lorsque nous abusons de notre corps ou que nous sommes « ignorants » de qui nous sommes vraiment. Ils peuvent devenir des guides infallibles sur le chemin de la transformation intérieure.

**Cet Art nous aide à rester sain, heureux et jeunes.**

L'étude et la pratique mènent à une meilleure connaissance de soi afin de s'aider et ainsi mieux aider autrui.

Cet Art **surprend par sa simplicité et son efficacité**, il peut être appliqué facilement sur-soi-même ou sur les autres.

Le **Jin Shin Jyutsu** s'adresse à tous **quel que soit notre état, notre vécu ou notre âge.**

**L'AIDE à SOI-MÊME ou le cœur du Jin Shin Jyutsu**

**Simple, discrète**, très facile à apprendre, la pratique sur soi permet d'apprendre à entendre les messages de notre corps.; elle amène à mieux se connaître et à s'aider soi-même. Elle procure une profonde relaxation en **réduisant les effets du stress / tensions de notre vie quotidienne.**

Elle harmonise aussi les effets du stress **post-traumatique**, sans larme et sans devoir revivre l'épisode traumatisant.



JIN

SHIN

JYUTSU

« Ma destinée est dans **mes** mains »

Mary BURMEISTER

**Jurbise**

**2017-2018**

**STAGES : 2 jours** pour découvrir les concepts fondamentaux du Jin Shin Jyutsu

Ces livres, très simples et loin d'être théoriques et ont été rédigés pour être expérimentés. Ils représentent le cœur du Jin Shin Jyutsu : **la pratique sur soi.**

**Chaque stage est indépendant et complet. Le livre correspondant au stage est remis aux nouveaux stagiaires.**

### **Livre I : Introduction au Jin Shin Jyutsu Est.**

• Art de Vivre • Conscience de l'Énergie Universelle • Application de cette Conscience • Source de Vie • Attitudes • Séquences Journalières de Base • Séquences Spéciales • Pratique sur soi plusieurs fois par jour  
**23-24 septembre 2017** 1er jour : 9h30 -17h / 2ème jour : 10h - 17h 260€

### **Livre II : Les Verrous de "Sauvegarde" de l'Énergie et les Clés de l'Humanité.**

Que sont-ils ? Où sont-ils ? Qui sont-ils ? Quand et Comment aident-ils ?  
Pratique sur soi plusieurs fois par jour  
Les Verrous de Sauvegarde de l'Énergie : montrés sur chaque participants.  
**24 et 25 février 2018** 1er jour : 9h30 -17h / 2ème jour : 10h -17h 260€

### **Livre III : S'Amuser avec les doigts et les orteils.**

• Doigts et orteils • Mains et pieds comme Câbles de Batterie  
• Techniques d'Élimination des tensions / du stress quotidiens •  
• Conscience et Compréhension des .MAINS /PAUMES /PIEDS /PLANTES  
• Pratique sur soi plusieurs fois par jour  
**16-17 juin 2018** 1er jour : 9h30 -17h / 2ème jour : 10h -17h 260€

### **JOURNEE(S) de Pratique sur Soi**

**Prendre du temps pour se poser et se ressourcer. INTENSIVEMENT... dans le silence**

Une journée pour découvrir ou redécouvrir la puissance de notre être énergétique; observer nos émotions, nos pensées et notre corps s'apaiser; prendre confiance en soi; mieux se connaître...

Un enchaînement de différents flux, guidé et explicité, étape par étape. Passage auprès de chacun (e) , accompagnement dans le « lâcher » des tensions et l'emplacement des différents verrous de sauvegarde de l'Énergie. Une journée pour connaître cet état de paix et de quiétude totale.

09 septembre - 09 décembre 2017  
17 mars - 09 juin 2018

10h-17h / 70€

### **ATELIER découverte du mardi soir**

De 19h à 21h, une fois par mois : vivre à un rythme plus lent la découverte des concepts fondamentaux de l'Aide à Soi-Même.

La pratique est abordée de manière plus individuelle et se centre sur un thème plus spécifique comme la fatigue, le sommeil, le mal de dos, les allergies, les douleurs articulaires...

Vous rentrez ensuite chez vous avec les outils pour harmoniser vous-même ces différents « projets ». ... devenir votre propre guide et ainsi prendre une part active à votre santé et votre-bien-être.

Questions/réponses.

Tous les 3ème mardis du mois 19h-21h 20€  
livre 1, 2 ou 3 : 20€

**Séance individuelle :** sur RDV  
**Renseignements et inscriptions :**

**Martine BRISMEZ**  
Rue Valère LETOT 99  
7050 Jurbise  
**+32 (0) 476 27 36 39**  
martine.brismez@8h10.be  
www.8h10.be

