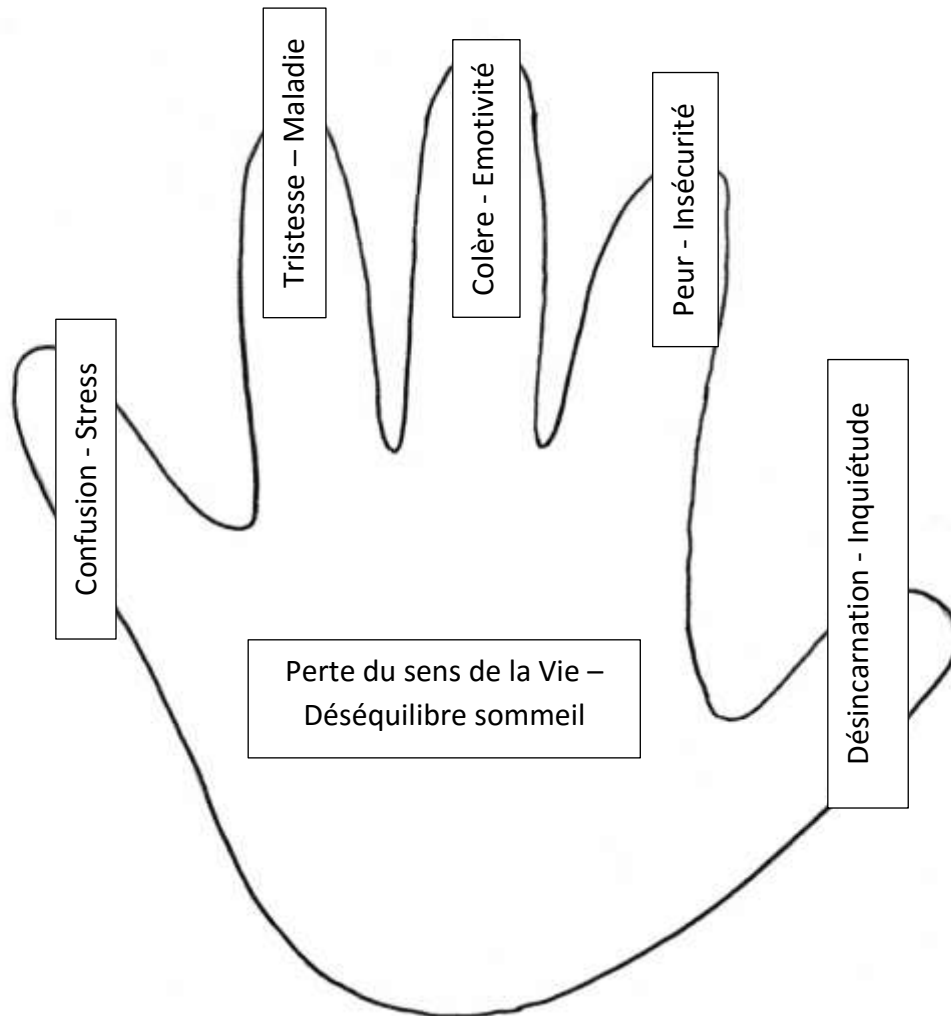


Langages des doigts

EMOTIONS

Tiré de la méthode Jin Shin Jyutsu



Harmonisation globale

Tenez chaque doigt entouré par l'autre main quotidiennement pendant 20 secondes minimum ou lors d'un mal-être. A pratiquer sur les 2 mains.

Harmonisation ciblée

Tenez le doigt selon le déséquilibre ciblé pendant 10 minutes aussi souvent que vous avez besoin. A pratiquer sur les 2 mains.