



Selbsthilfe ist ein Kern von Jin Shin Jyutsu



Selbsthilfe – Kurse in Marburg

7./8. Februar 2026

18./19. April 2026

7./8. November 2026

Kurszeiten jeweils:

Samstag: 10.00 – 17.00 Uhr

Sonntag: 10.00 – 13.30 Uhr

Kursgebühren

jeweils: 230,00 €

Inkl. Arbeitsmaterialien

Entlade (atme aus) und
Empfange (atme ein) in Fülle, SEI
das LÄCHELN.

"Mary Burmeister"

Selbsthilfekurs Teil 1

"Essenz des Jin Shin Jyutsu"

7./8. Februar 2026

Wichtige Grundlagen der Herkunft und Wirkung des Jin Shin Jyutsu werden in dem Selbsthilfekurs 1 praktisch anwendbar vermittelt.

Im Jin Shin Jyutsu wird von seelischen „Einstellungen“ als Qualitäten wie, Sorge, Angst, Wut, Trauer und Bemühung, gesprochen. Diese beschriebenen "Seelen-Qualitäten" schauen wir uns gemeinsam näher an, um uns selbst reflektierter begegnen zu können. Unsere Finger unterstützen uns in unserer täglichen Harmonisierung.

Ein sehr wichtiger Strom für die tägliche Anwendung wird vermittelt – der Hauptzentralstrom. Damit kann die gesamte Körperenergie harmonisiert und in ihren ausgeglichenen Fluss erweckt werden.

Zur täglichen Energieversorgung unseres Körpers wird zum einen der Milzstrom, zur allgemeinen Kräftigung, der Magenstrom, zur allgemeinen Verdauung von Nahrung und Emotionen und der Blasenstrom, für den täglichen ruhigen Ausgleich, vermittelt.

Zusätzlich werden Spezialgriffe durchgesprochen, die besonders für Situationen im Alltag relevant sind.

Selbsthilfekurs Teil 2

"Reise durch die 26

Sicherheitsenergie-Schlösser"

18./19. April 2026

Im Selbsthilfekurs Teil 2 begeben wir uns auf die Reise zur Entdeckung der 26 Sicherheitsenergieschlösser an unserem Körper. Wir besprechen die Lage an unseren physischen Körperteilen und tauchen ein in das Bewusstsein dieser 26 Energieschlösser auf jeder Körperseite. Nicht nur das sichere Erfühlen jedes Energieschlössers in der praktischen Anwendung wird erlernt, sondern auch, wie unsere Hände den passenden Energiefluss wieder herstellen können.

Des weiteren werden für alltägliche

Beschwerden und Projekte Strömsequenzen vermittelt.

Ein entsprechender Rahmen für persönliche Erfahrungen und Austausch von persönlichen „Projekten“ wird während des Selbsthilfe-Kurs bereit gestellt.

Selbsthilfekurs Teil 3

"Spas mit Fingern und Zehen"

7./8. November 2026

Im Vordergrund des 3. Teil der Selbsthilfekurs-Reihe steht das gemeinsame Entdecken der Einfachheit, Vielseitigkeit und gleichzeitig großen Kraft im Halten unserer Finger. Acht Finger-Mudras werden näher betrachtet und angewendet. Ein vertieftes Verständnis für die Verbindung von Fingern und Zehen wird vermittelt. Die Dreiteilung unseres Körpers, wie Brust-, Taille- und Rumpf-Ebene, wird in Bezug zu unseren Händen und Füßen gesetzt.

Genauso werden viele praktische Hinweise für die alltägliche Anwendung vermittelt. In diesem Teil geht es um eine vertiefte Sicht, die Kunst der Selbstfürsorge des Jin Shin Jyutsu zu verinnerlichen.

Ein entsprechender Rahmen für persönliche Erfahrungen und Austausch von persönlichen „Projekten“ wird während des Selbsthilfe-Kurs bereit gestellt.

Kosmische kunstlose Kunst mich selbst zu erkennen – mir zu helfen.

"Mary Burmeister"

HeilpraktikerPRAXIS Susanne Huck-Tittmann

Haspelstraße 9 | 35037 Marburg/Lahn | Telefon: +49 (0) 170 944 6264

Mail: huck.tittmann@icloud.com | www.frau-naturheilkunde.de