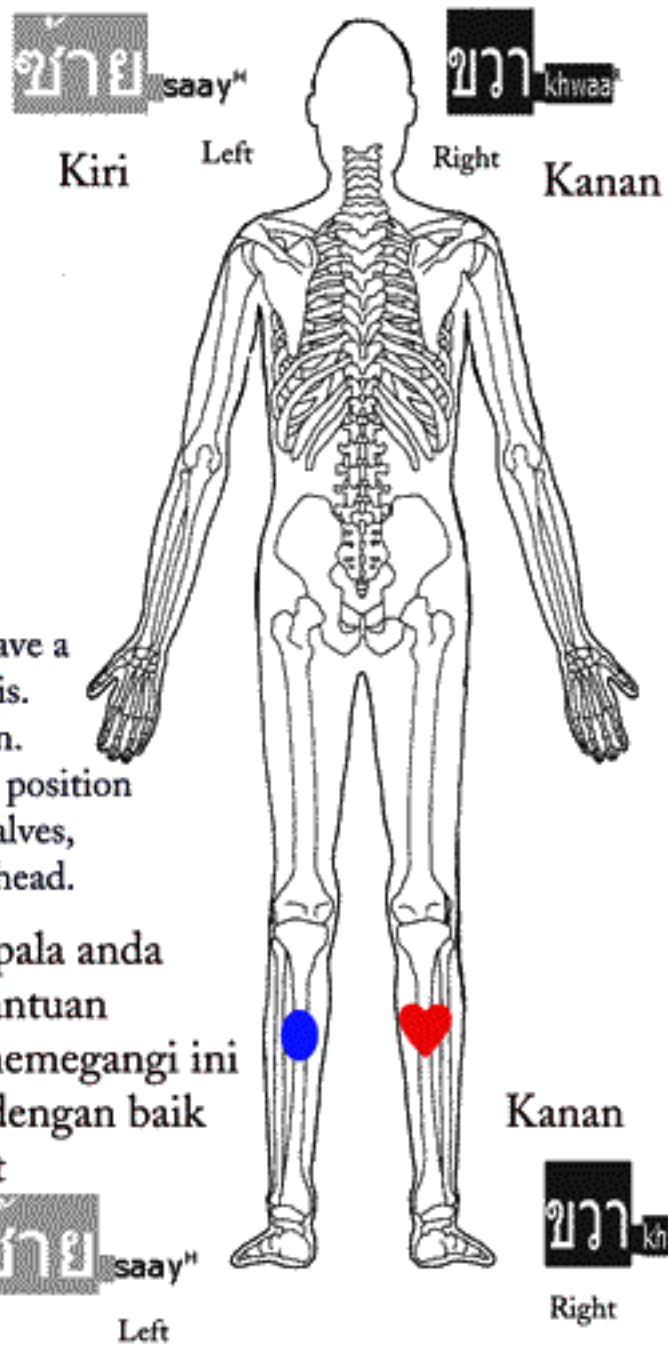




Kesedihan, kehilangan, pada kulit  
Grief, Loss, Skin, Toxins

การรวมกลุ่มเพื่อช่วยเหลือตนเอง  
Menolong Diri Sendiri



Easiest to have a friend do this.  
Hold 20 min.  
comfortable position  
Palms cup calves,  
fingers face head.

tunju kepala anda  
minta bantuan  
teman memegangi ini  
pegang dengan baik  
20 menit

ซ้าย saay  
Left

ขวา khwaa  
Right



ขวามือ

Tangan Kanan

khwaa<sup>R</sup> meuu<sup>M</sup>

Right Hand



Tangan Kiri

ซ้ายมือ

Left Hand

saay<sup>H</sup> meuu<sup>M</sup>

Copyright © 2005  
D r . C i n d y M a s o n  
C o p y a s n e e d e d f o r t u s a m i r e l i c e f