



NEWSLETTER

Winter 2012

Liebe Leserin, lieber Leser,

Bereits ist ein Monat des noch jungen Jahres vergangen und mit dem Hauptthema möchte ich Ihnen das Element Wasser der chinesischen Elementenlehre etwas näher bringen. Dieser wichtige Funktionskreis ist für alles zuständig, was die Entwicklung, das Wachstum und die Fortpflanzung einschliesslich der Geburt betrifft. Ich wünsche Ihnen viel Spass beim Lesen

„Nicht's verändert unsere Welt, ausser wir verändern uns!“

()

Aktuelles: Mit dem „Schmutzigen Donnerstag“, eröffnet im Kanton SO durch die „Chesslete“, beginnt in den alemannischen Gebieten die eigentliche Fastnachtszeit. Seit dem Mittelalter die letzte Möglichkeit, vor der österlichen Fastenzeit, nochmals Fleisch zu essen. Der Beginn der österlichen Fastenzeit markiert dann der „Aschermittwoch“ (Bestreuung mit Asche als Zeichen der Busse-bereits im Alten Testament), und endet am Karsamstag nach 46 Kalendertagen (die 6 fastenfeien Sonntage werden nicht mitgerechnet, 1.-5. Fastensonntag & Palmsonntag).

Bewusstsein: Nehmen Sie sich Zeit, entschleunigen Sie ihr Leben. Nehmen Sie sich eine Auszeit, eine Verschnaufpause für die Seele. Gönnen Sie sich eine Wellnesswoche oder ein Weekend, machen Sie eine Entschlackungskur und entrümpeln Sie ihre Wohnung, denn ein Ort der vollgestopft ist mit Altem, hat kein Platz für Neues. Unser Körper ist das Haus unserer Seele!

Lese Tipp: Das Buch „Lass Los, was dich festhält“ handelt von der Kunst sich selbst zu sein. Die Autorin **Penny Mc Lean**, meine langjährige Lehrerin und lieben Freundin, beschreibt in diesem Buch, wie man loslässt was die Entwicklung des eigentlichen Wesens stört in dem man die spirituelle Dimension zum selbstverständlichen Teil des Alltags macht!

Thema:

Das Element Wasser der chinesischen Elementenlehre



Das Element Wasser symbolisiert den Winter. Ihm ist die Himmelsrichtung Norden, sowie der Funktionskreis „Niere“, bestehend aus dem Nieren- (Yin) und dem Blasenmeridian (Yang) zugeordnet. Im Element Wasser befinden wir uns in einer Art Ruhephase um uns auf den nächsten Lebenszyklus vorzubereiten

Blau ist die Farbe des Wasser Element.

Der menschliche Körper besteht zu ca. 78 % aus Wasser. So wie das Wasser der Natur, so kann auch das Wasser in uns beschrieben werden. In unserem Innern haben wir Behälter, Brücken, Flüsse, Meere, Ozeane der Energie – Quellen des Lebens !

Denken wir an das Blutkreislaufsystem, an den Strom und seine Nebenflüsse. Das lymphatische System, ein weiteres „Wasser-Netz“ im Körper, das unsere Körperfunktionen unterstützt, dann die endokrinen Flüssigkeiten, die Harnflüssigkeit, Schweiß, Speichel, Tränen, sexuelle Sekretionen, die Milchbildung – sie alle sind und werden vom Wasser-Element beeinflusst.

Eine besondere Stärke des Wasser-Elementes ist die kraftvolle Ruhe. Menschen mit einem „gesunden“ Wasser-Element haben einen starken Lebenstrieb und Willen.

Partnerschaft/Beziehungen, Veränderungen, Stabilität – Frieden/Harmonie/Konflikt – und auch der Umgang mit unseren Gefühlen sind Themen, denen wir in diesem Element begegnen.

Sind wir nicht im Einklang mit unserem SEINS-Fluss, ist unser Leben „blockiert“!

Kinesiologie und Energiearbeit kann helfen, diese Blockaden zu lösen, Sie in die Harmonie des SEINS-Fluss zu bringen damit Sie sich wieder einem lösungs- und ressourcenorientiertem Leben zuwenden können.

Ich würde mich freuen, Sie auf Ihrem Weg der Bewusst-Werdung begleiten zu dürfen. In diesem Sinn wünsche ich Ihnen eine fließende Winterzeit!

Ihr Peter Jegerlehner

Der „PJ-KINERGY NEWSLETTER“ erscheint drei- bis viermal jährlich. Möchten Sie aus dem Verteiler gestrichen werden, schreiben Sie bitte eine E-Mail an: info@pj-kinergy.ch.