



Cette lettre d'internet est publiée par Ursula Bogatzki, propriétaire de l'entreprise «Deco-Line, Design d'intérieur & Feng Shui» et directrice de l'école «Formation FengShui Romandie».

Elle se réjouit d'écrire ces lignes pour ceux qui aimeraient avoir des informations autour de la qualité de vie et pour tous les clients des amis, connaissances et collègues.



Cher lecteur, chère lectrice

enfin le Newsletter „Changement de saison - changement d'énergies“ apparaît pour vous.

Dans l'avenir vous y trouvez des infos différents est des tuyaux précieux :

- qui sont écrits pour vous
- que vous pouvez appliquer dans votre vie
- qui sont attrapés de la vie
- qui peuvent vous être utiles
- qui sont amusant
- qui peuvent vous étonner
- qui sont un „gros chien“ - un esclandre
- qui peuvent vous faire avancer dans votre vie

Et au cas où vous trouviez, vous avez aussi quelque chose à dire qui revient ici de droit à sa place, faites-le moi savoir. Chaque communication fait plaisir. Car ce Newsletter est pour vous, donc aussi de vous... Faites partager et distribuer notre savoir.

Et maintenant prenez-vous simplement un peu de temps pour savourer dans le calme ces lignes suivantes...

Changement de saison - changement d'énergies

C'est rien de neuf et certainement vous le connaissez. On peut bien sentir comme chaque saison est différente!

Le printemps, le réveil de la nature - dans l'air se trouve des pleines odeurs agréable de fleurs et la température devient gentiment plus chaud.

Le Newsletter de printemps apparaîtra en mars avec les sujets correspondants.



En juin vient la lettre d'été et en septembre sortent les lignes d'automne... Aujourd'hui cependant, je consacre mon attention à l'énergie d'hiver.

Dans la philosophie des daoïstes chaque saison est classée selon les 5 éléments. Maintenant en hiver, nous sommes dans l'élément d'Eau. Par la présente le nord et les couleurs bleu et noir sont liés à cette analogie. L'énergie est calme et elle dort - en ramassant les forces pour le printemps pour pouvoir s'accroître de nouveau vigoureusement.

C'est une énergie descendante, de même que l'air froid descend dans l'espace au sol - qui cause continuellement ces pieds froids, non ?

Avez-vous perçu ce changement d'énergie déjà consciemment ? Non seulement parce que l'on doit gratter les vitres à la voiture ou doit déblayer la neige devant la porte... ?



Avez-vous déjà respiré profondément l'air froid et senti la neige réellement dans votre nez ou même dans votre bouche?

Je suis née et j'ai grandi dans une grande ville de presque 300'000 habitants, mais je n'oublierai jamais l'odeur qui se trouvait dans l'air, brièvement avant que cela commençait à neiger...

Chaque fois si aujourd'hui je perçois cette odeur, je suis ramené de nouveau dans mon enfance! Peut-être vous aussi?

Et la nature nous montre encore beaucoup plus : Des flocons de neige tombent du ciel et couvrent la terre d'une couche protégeant blanche.... ...la nature dort et se repose. Contrairement à notre société d'affaire : car aussi en hiver nous travaillons dur et vite. Chez nous il n'y a certainement pas une hibernation comme chez certains animaux et même les agriculteurs ont aujourd'hui le plus souvent un ou deux emplois en accessoire et ils sont tous le temps en l'axe...



Quelques années en arrière, on utilisait ce temps pour réfléchir, prendre conscience encore une fois de l'année qui se termine, prendre la vie plus lentement et, avant tout, pour passer du temps avec la famille et amis. Des préparations pour la fête de Noël se trouvaient sur le programme, on avait du temps à la lecture, le bricolage, les travaux manuels, on écrivait des lettres et on se retrouvait socialement autour de la table.

N'était cela pas bien que l'on puisse se l'accorder de nouveau aujourd'hui ? Plus de temps pour cela ou ceux-ci ? A la place de l'ivresse de consommation

et du stress de trouver le dernière modèle du Gameboy pour le petit-fils peu de temps avant la fermeture des magasins, de s'asseoir simplement ensemble et de faire en commun un jeu démodé comme „la hâte avec le

moment“ ? Encore quelqu'un le connaît donc ?

Ou de passer l'après-midi en commun avec des amis, en plus avec du vin chaud, un chocolat chaud ou des cafés ou thés et un bon gâteau fait maison ?



Ou comment est cela ? Mieux seul devant le PC et poster dans Facebook des messages?

„va faire du shopping“ - 5 réponses : „ça me plaît“

„nous rencontrons-nous autour de huit heure ?“ - 1 réponse „ça me plaît“

„le chef me tape sur les nerfs“ - 18 réponses „ça me plaît“

„réjouis-moi qu'il soit lundi, enfin retour au travail“ - 100 réponses „ÇA ne me plaît pas“



Peut-être prendre quand-même le téléphone et appeler la tante Berta pour discuter de la dernière fête de familles....

Ou, peut-être, pour discuter brièvement de la fête de Noël en famille qui s'approche ? (pour ceux, où Noël fait encore tradition)...



Pour tous les autres, qui fêtent aujourd'hui Yule ou le solstice d'hiver, et pour ceux-ci qui voudraient savoir volontiers que ce que c'est - ici alors quelques lignes :



Yule vient des régions scandinaves et traduit ça veut dire aujourd'hui >>Noël<<. Avant ça signifiait >>la fête<< ou >>banquet<<. Odin, le roi de dieux nordiques était mis en rapport avec cette fête et on peut deviner que la fête Yule était aussi tenue en ses honneurs. Au temps préchrétien, Yule était fêté exactement aujourd'hui à la solstice d'hiver.

Les solstices : il y a l'un en été - le solstice d'été en juin et l'autre, c'est-à-dire, aujourd'hui, en hiver, soi-disants la solstice d'hiver.

La distance entre le soleil et la terre change à ces dates et maintenant, en hiver, les jours deviennent de nouveau plus longs. Après le solstice d'été, les jours deviennent plus courts.

Les solstices étaient déjà fêtés il y a des millénaires comme dates particulières. Eté connu chez nous par les peuples nordiques de l'Europe, et aussi par les Celtes.

Ils fêtaient le 21 décembre - le solstice d'hiver - parce que, non seulement que les sombres nuits deviennent de nouveau plus courtes et l'hiver diminue lentement... Les Celtes se rappelaient aussi aux êtres serviables de la terre, des fées, des lutins et des esprits de la nature, qui ont aidé les humains toute

l'année à tout qu'ils faisaient. Et cette fête exprimait la gratitude, mais aussi la demande de recevoir de l'aide pour la nouvelle année.

Ainsi ils remerciaient leurs dieux - la mère TERRE et le père CIEL - et ils l'ont rendu hommage.

Mais aussi les ancêtres n'étaient pas oubliés et on les a inclus dans la fête.

Quelle raison à fêter, non ? Et quelle énergie vigoureuse doit avoir eue une telle fête!

Et même aujourd'hui, il y a des pays qui intègrent ces coutumes encore ou de nouveau dans leur vie quotidienne.

Egalement chez nous! Ici j'aimerais faire un peu de publicité pour un couple d'amis et collègues : Andrea et Armin Pollmann avec leur Atelier de rituel (Ritual-Atelier)!

Ils organisent et dirigent des cérémonies et fêtes pendant de l'année, et ainsi aussi la fête du solstice d'hiver. Malheureusement je ne peux pas être présente aujourd'hui puisque j'écris justement à ce sujet, mais dans des pensées, j'y participe!

Je me réjouis particulièrement au cours de construction de tambours avec les deux en mai 2012 chez nous au Pays-d'Enhaut! Plus d'infos:

<http://fengshui-ursulabogatzki.ch/fr/cours-workshops/cours-avances/construction-de-tambours.html>



Pour des rats de lecture : "L'enfant contre la nuit" de Susan Cooper



Et pour ceux-ci qui préfèrent regarder que lire : aussi disponible comme DVD / titre: "Les portes du temps"!

Pour tous qui utilisent ce temps également pour des purifications énergétiques, ici le link aux jours favorables pendant l'année :

<http://fengshui-ursulabogatzki.ch/fr/news/dates-favorables-fumigation-purification.html>



Et pour ceux, qui veulent utiliser en général les étoiles et le temps pour faire soutenir positivement ses activités, ici un link pour des jours favorables astrologiques:

<http://fengshui-ursulabogatzki.ch/fr/news/dates-favorables-astrologiques.html>

Le temps que tu ne prends pas pour ta santé, c'est la maladie qui se le prend pour toi!
(dicton de la médecine chinoise)



Mon passage au prochain sujet:

Selon la théorie de Yin et Yang, tout devait se trouver dans l'équilibre. Si ce n'est pas, il y a deux possibilités, comme l'équilibre peut être restauré :

Par nous même parce que nous réagissons, ou par la vie parce qu'elle prenne la décision pour nous.

Si nous travaillons trop, un burn-out peut nous arriver pour nous remettre au calme, ou, peut-être, une autre raison nous arrive pour passer nos vacances à l'hôpital!

Et ainsi dans le proverbe : si nous nous occupons pas même de notre santé, la maladie nous informera déjà où aller!

C'est pourquoi, je vous mets une recette de cuisine de solstice d'hiver selon les 5 éléments :

Soupe de courge avec des pommes de terres (douces)

Ingrédients:

800 grammes courge (muscade) (T)

450 grammes des pommes de terre (douces) (T)

500 ml de bouillon de légumes (T)

400 ml de lait de riz non-sucré (M)

2 petites échalotes (M)

1 pointe de couteau de cumin (M)

Poivre (M)

Sel (E)

Jus d'une 1/2 citron (B)

2 cc de paprika sucré (F)

1 pointe de couteau Kurkuma (F)

2 cs d'huile d'olive (T)

50 grammes de graines de courge (T)

1/2 bouquet de menthe fraîche (M)

150 grammes de crème d'avoine (M)



Des échalotes éplucher et couper finement. Des pommes de terre et la courge éplucher, rincer et couper dans des morceau. Dénoyauter la courge avant. Chauffer de l'huile dans un pot. Faire revenir des échalotes, pommes de terre douces et la courge environ 3 minutes. Saupoudrer du cumin et saler légèrement. Ajouter le jus de citron, la poudre de paprika. Verser le bouillon de légumes et le lait de riz et faire bouillir à la chaleur moyenne jusqu'à ce que la courge et les pommes de terre se rendent malléables. Réduire la soupe en purée et épicer avec du poivre, sel, un peu de jus de citron et le Kurkuma. Rissoler les graines de courge dans une poêle sans graisse et laisser les refroidir. Laver la menthe, sécher-la et piocher finement. Server la soupe avec un petite cuillère des graines de courge, la menthe et avec une tache de crème d'avoine.

Je souhaite un bon appétit et beaucoup de plaisir à cuisiner cette recette!

Par la présente, je voudrais fermer - bien que seulement à contre-cœur - ce premier Newsletter et je me réjouit déjà sur la prochaine lettre d'énergies de printemps. J'espère vous aussi.

Au sens, je vous laisserai maintenant entièrement à vos idées. Peut-être cette lettre était votre lecture de lit et vous vous baisseront maintenant dans vos coussins avec un beau rêve ? Je vous le souhaite du cœur. Et pour tous: bonnes fêtes de fin d'année et une merveilleuse départ 2012!

Votre Ursula