



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».



Ces lignes sont écrites pour ceux qui aimeraient en savoir plus sur sa qualité de vie et pour tous les clients des amis, connaissances et collègues.



Changement de saison - changement d'énergies

Vous y trouvez aujourd'hui les différentes informations et des tuyaux précieux :

préface: des petites choses...	page 1
énergie du printemps - énergie du BOIS - début, recommencement, naissance	page 6
autour de la santé du BOIS	page 8
autour de la santé de la TERRE	page 9
le recette selon les 5 éléments	page 11
temps libre, activités, Wellness	page 12
des recommandations livres et films	page 13
des recommandations pour purifications	page 13
conseil Feng Shui spécial	page 14
d'autres conseils	page 17

Et maintenant prenez-vous simplement un peu de temps pour savourer dans le calme les quelques lignes qui suivent ...

PREFACE des petites choses...bric à brac....

Décisions - c'est quoi exactement?

Bonheur - ce que le bonheur?

Déception - ce que le déception?

Des petites choses? Bric à brac ? Maintenant vous vous demandez bien sûr, comment c'est possible que ce soient de petites choses, non ? Ou est-ce se sont des contenus „décisifs“ importants de la vie, qui influencent votre vie d'une manière ou l'autre?

C'est quoi exactement - des **décisions**?

Selon wikipedia: *La décision est le fait d'un acteur (ou d'un ensemble plus ou moins cohérent d'acteurs) qui effectue un choix entre plusieurs solutions susceptibles de résoudre le problème ou la situation auxquels il est confronté.*

L'origine de ce mot: *Du latin decisio (« action de (re)trancher », « décision, accord amiable, arrangement, solution »), dérivé de decido, decidere (« couper, retrancher, ôter »), composé du préfixe de- et de caedo (« couper », « frapper », « tuer »).*

Synonymes pour décision:

arbitrage, arrêt, choix, conclusion, décret, délibération, détermination, disposition, initiative, intention, jugement, ordonnance, parti, propos, règlement, résolution, résultat, sentence, séparation, verdict.

arbitrer, arrêter, choisir, convaincre, décréter, délibérer, destiner, déterminer, fixer, inciter, juger, persuader, pousser, prendre, résoudre, se résoudre, séparer, statuer, trancher.

Mots combinés ou contenu avec décision:

Décisionnaire, décisif, décidable, décideur, pouvoirs de décision, prise de décision, liberté de choix, le pouvoir décisionnel, peur de la décision, décision fondée, aide à la décision, organe décisionnel, solution de décision, processus décisionnel, bataille décisive, ans hésiter, faible en décidant, décision difficile, heure de la décision

Ce qui me frappe, c'est que beaucoup de ces mots ont un appel plutôt « négative ou forte » et donc soulignent la plus grande difficulté à devoir prendre une décision - ou peut-être avoir la faculté de ou pouvoir prendre une décision? Tous les jours nous devons (ou pouvons) prendre des décisions et quand il s'agit de choses importantes, nous nous sentons dans la plupart des cas moins bien - probablement. De quelle des solutions possibles devrions nous séparer?

Et là on trouve aussi le sens exact et finalement aussi (pour la plupart des gens entre nous) le problème et (pour quelques d'autres) le challenge: la décision exige une force, faire face à une perte, une séparation. Il faut „couper“, „retrancher“, „séparer“ deux ou plusieurs solutions possibles pour une seule! Et même si nous gagnons quelque chose en même temps, ce que peu entre nous constate consciemment et immédiatement, beaucoup des gens préfèrent d'éviter une telle situation à tout prix. Il s'agit de la célèbre situation « aller-retour » dans les pensées - oui-non-oui-non-peut-être-non-oui..... et puis à la fin de la journée, nous nous sentons déchiré. Qui voudrait changer à ce point, peut commencer avec des petites décisions : recueillir des forces - décider - appliquer et apprécier le bonheur de cette retranchement, ou séparation....

Comment définiriez-vous votre **bonheur** ?

Et plus important encore : ce que vous faites activement pour votre bonheur ? La recherche du bonheur est en plein „boom“ et s'efforce de toutes ses énergies de répondre à l'éternelle question du secret: ce qui rend les gens heureux. Mais il est plus important de savoir comment nous pouvons influencer notre propre chance et bonheur. Est-ce possible? Chacun d'entre nous connaît probablement des gens qui vont avec une facilité visible en travers la vie, en bien vivant et maîtrisant les coups violents du destin. Et puis nous connaissons aussi les autres qui ont des difficultés, bien que la vie semble être bien avec eux. Est le bonheur donc destiné, codifié par les gènes et les expériences de l'enfance ? Ou pouvons-nous apprendre le bonheur, apprendre être heureux ?

Le bonheur sur le mode de l'Être.

Selon cette façon de considérer le bonheur, il s'agit avant tout d'installer en nous les conditions du bonheur. Comme nous sommes tous des hommes, il y a place pour une analyse des conditions universelles du bonheur. La philosophie antique est d'ailleurs, d'une certaine manière, une science du bonheur. Être heureux, cela pourrait s'apprendre, car cela dépend bien plus d'un état intérieur que d'une possibilité d'obtenir des objets. Epicure, au 3ème siècle avant Jésus-Christ, bâtit toute sa philosophie sur la recherche du bonheur.

Le secret du bonheur résiderait donc dans la compréhension de la cause de notre angoisse qui nous pousse à désirer au-delà de ce que nous pouvons satisfaire. L'homme qui cesserait d'avoir peur de la mort serait capable d'être heureux. Le bonheur n'est pas une question de chance, même si celle-ci intervient, mais une affaire de compréhension : il faut savoir être heureux, savoir installer en nous les conditions de cette "tranquillité" (l'ataraxie) de l'âme en quoi consiste essentiellement le bonheur.

lire tout l'article: <http://philosophia.over-blog.com/article-qu-est-ce-que-le-bonheur-69394680.html>

Le bonheur est dans nos crises

C'est la crise, la sinistrose ! Les Français ont, paraît-il, le moral dans les baskets. Oui, la vie est dure, mais plutôt que de faire grise mine, pourquoi ne pas apprendre à tirer profit de nos moments de crise, afin de mieux goûter au bonheur authentique ? Mode d'emploi, avec le psychologue Thomas d'Ansembourg.

En ces temps difficiles, où les problèmes économiques guettent tout un chacun et où le mot « crise » revient dans toutes les bouches, pourquoi ne pas inverser la tendance, en ouvrant les yeux sur la palette des petits bonheurs quotidiens qui s'offrent à nous ? « Le bonheur, cela s'apprend ! Comme une langue étrangère, ou comme conduire une voiture... Accéder au bonheur, cela n'arrive pas sans effort. Nous avons appris à ressasser ce qui ne va pas. Mais nous n'avons pas appris à accueillir le bonheur » regrette le thérapeute.

lire tout l'article: <http://www.psychologies.com/Moi/Se-connaître/Bonheur/Articles-et-Dossiers/Le-bonheur-ca-s-apprend/Le-bonheur-est-dans-nos-crisis>

Georges Vaillant est le leader de l'un des plus grands, plus détaillées et le plus élaborées des études du monde : le „**Grant-Study**“. Lui-même est déjà 77 ans vieux et donc 15 ans plus jeune que la plupart de ses co-participants. Le „**Grant-Study**“ aux États-Unis fait la recherche sur le bonheur dans une étude à long terme, depuis plus de 70 ans, accompagné 268 diplômés de Harvard des millésimes de 1939 à 1945 et donc a ce sujet particulièrement intensivement examiné. Périodiquement il y a des discussions avec les participants et des psychologues, remplissage des questionnaires et à des intervalles de 5 ans, ils subissent un examen médical dans le cadre de cette étude.

Beaucoup des résultats étaient prévisibles : n'exercer un mode de vie sain, c'est-à-dire sport et promenades réguliers, aucun excès de fumer, de sur-poids et peu d'alcool sont plus susceptibles d'une vie réussie.

Mais les deux plus importantes conclusions sont étonnantes :

une « **relation** » à **d'autres personnes**, c'est-à-dire non seulement le lien « amour » est crucial pour une partie de notre bonheur, mais surtout des relations sociales et sociétales à tous les gens dans le sens d'un lien personnel aimant et compatissant.

D'autre part le « **comportement** » avec **des décisions, des crises et des déceptions**. Qui tente de faire tout « juste » afin de prendre toujours les « bonnes et justes décisions », est malheureusement pas protégé des crises ou déceptions. « Tout le monde a connu des situations difficiles », dit Vaillant. Comment faire face alors, est essentiel pour l'avenir. Le psychiatre pourrait indiquer que ceux qui ont particulièrement réussi: il appelle les « **Adaptateurs** ». Ils répondent altruiste, c'est-à-dire prévenant et essaient d'apprendre de cette situation pour l'avenir.

Bien sûr, l'étude n'est pas parfaite, parce que rien ne changera par la durée de l'enquête. Et bien sûr, vous pouvez poser des questions critiques : sont les résultats aussi si efficace, si seulement des diplômés de Harvard participent - et en plus uniquement des masculins ? Ce qui est une bonne vie à nous tous ? S'agit-il de quelqu'un qui meurt à 40 ans après qu'un temps remplie „de bonheur“ ou celui qui vit seul et aigrit, mais qui meurt âgé de 90 ans ?

Parmi les participants de l'étude a été également J.F. Kennedy, quelles données sont gardées strictement anonyme mais comme ceux de tout les participants. Environ un quart des participants est encore en vie, qu'ils sont aujourd'hui environ 92 ans. La masse de données est énorme. Nouveaux résultats sont de loin acquise au fil du temps, lorsque l'étude se termine : quand le dernier participant sera décédé.

Résultat : Le bonheur n'est donc pas réservé seulement et uniquement pour quelques rares personnes ! Notre approche à la vie à travers notre comportement active peut tout influencer et cette clé du bonheur est littéralement entre nos mains, soit à 20, 40 ou 90 ans. Les gens qui prennent cela à coeur sont chanceux, talentueux et avantageux au bonheur selon les résultats de la psychologie.

lire aussi les articles suivantes sur le „Grant-Study“:

<http://www.atlantico.fr/decryptage/72-ans-etudes-et-conclusion-bonheur-c-est-autres-716270.html>

<http://www.slate.fr/story/6403/la-recette-du-bonheur>

<http://joy369.unblog.fr/2013/06/08/voici-le-resultat-dune-etude-de-75-ans-portant-sur-le-bonheur/>

d'autres sites sur le bonheur:

<http://www.scoop.it/t/1-etude-du-bonheur>

un peu de musique.... <http://24hoursofhappy.com/>

Proverbe chinois :

Si tu veux être heureux une heure, enivre-toi,
Si tu veux être heureux un jour, tue ton cochon,
Si tu veux être heureux une semaine, fais un beau voyage,
Si tu veux être heureux un an, marie-toi,
Si tu veux être heureux toute ta vie, fais-toi jardinier.

Ce que nous appelons « **Déceptions** » ?

wikipedia: *La déception est le sentiment d'insatisfaction qui suit après l'échec d'un but que s'est fixé un individu. Elle est la source d'un stress psychologique et peut parfois entraîner de nombreuses réactions négatives. Les individus ayant expérimenté une déception à de nombreuses reprises peuvent souvent passer d'un état optimiste à celui de pessimiste aux dépens des conséquences psychologiques que cela a engendré. État ou sentiment d'une personne déçue, trompée dans son attente ; désappointement, déconvenue. Fait d'être déçu ou de subir une situation inférieure à ses attentes.*

lexicographie: *Action d'être déçu; chagrin, tristesse, vexation que l'on éprouve quand on s'est laissé prendre au mirage de l'illusion, quand une espérance ne se réalise pas. De ne pas avoir vu les faits se dérouler favorablement, selon ses espoirs*

Origine: Du latin *deceptio*

Synonymes pour déception:

amertume, chagrin, contrariété, crève-coeur, déboire, déconvenue, dépit, désappointement, désenchantement, désillusion, regret, crève-coeur, brisement, contrariété, désabusement, consternation, mauvaise surprise

défriser, dépiter, désappointer, désillusionner, frustrer, trahir, tromper, abuser, attrister, désenchanter

Le mot allemand „enttäuschen“ a remplacé au 19ème siècle les anciens mots „detrompiere“ (détromper) et „desabusieren“ (désabuser).

Auteur : Dr. Doris Wolf, Diplômée psychologue : Comment fonctionne une déception ?

Déceptions sont faits maison. Nous sommes plus ou moins responsables de notre propre déception. Avant que nous pouvons être déçus, nous devons avoir eu une certaine attente: comment une certaine situation se déroulera ou comment une certaine personne va se comporter. La déception s'établit lorsque nous espérons avoir quelque chose et qu'il n'arrive pas. Notre attente n'a pas été respectée et nos besoins n'étaient pas satisfaites.

On n'est pas déçu par ce que quelqu'un d'autre fait (ou ne pas fait), mais uniquement via des attentes propres sur l'autre. Ralf Kunke

C'est-à-dire une déception élimine une tromperie, ce dont nous avons été persuadé. À cet égard, une déception est fondamentalement quelque chose de positif: nous connaissons maintenant la vérité.

Peut-on éviter d'être déçu ou le prévenir à l'avance?

Vous pouvez éviter des déceptions par apprendre et changer des erreurs et d'expériences passées et en étant plus prudent lorsque vous configurez vos propres attentes. Puisque celles-ci sont largement responsables de nos frustrations, nous pouvons nous sauver des déceptions ainsi, en espérant moins ou rien de la vie ou d'autres. Qui devrait rien ne peut pas être déçu aussi. Ou comme l'écrivain anglais Alexander Pope a dit une fois : *Béni soit celui qui s'attend à rien, car il n'est jamais déçu.*

Toutefois, cette attitude légèrement négative affecte notre élan, notre joie de vivre, et nos relations aux semblables - car si nous n'attendons aucune joie anticipée d'attente peut s'installer... Contrairement une attente positive génère ce dernier et elle nous motive positivement. Et des attentes positives contribuent à la jouissance, de ce que nous attendons - lorsqu'il se produit.

Si ce n'est pas le cas, nous revenons à la déception, à la tromperie, à la désillusion... **et comment faire face maintenant ?**

Nous ne sommes pas protégés de déceptions, malheureusement. Mais *Merci l'univers*, nous avons influence sur combien de temps faut-il pour faire le deuil d'une déception et de revenir à un équilibre émotionnel. Max Planck : *Une déception, si elle n'est complète et définitive, représente également un pas en avant.*

Conseil : Voyez la déception comme positif : vous avez vu par le biais de la tromperie et la reconnue.

Conseil : Parlez de vos sentiments ! N'avez pas ce qui n'est pas digéré. Dites librement ce qui a déçu.

Conseil : Vérifiez si l'attente qui n'a pas été respectée, est vraiment très important pour votre vie, ou tout simplement malheureux.

Conseil : Rencontrez la déception avec l'attitude: « dommage que se soit arrivé ainsi, pas comme je l'avais espéré pour moi. Mais maintenant, je suis à la recherche d'autres moyens pour atteindre mon objectif. »

Conseil : Vérifiez si la déception pourrait avoir quelque chose de bon : qu'avez-vous appris ? Comment votre situation par l'exposition de la tromperie changée en positif ?

Conseil : Renoncez aux allégations: 'Comment j'ai pu être tellement stupide et naïf ?'. Vous ne pouvez pas prédire l'avenir, mais agir uniquement sur vos connaissances actuelles. Et vous ne pouvez déterminer le comportement des autres.

Voici encore quelques liens:

<http://juliofreitas.com/fr/comment-faire-face-a-la-deception/>

<http://www.eveildelaconscience.ca/orloff209246.htm>

<http://lesliepasserino.com/blogue/lui/zero-attentepour-pas-de-deception/>



L'énergie du printemps - l'énergie du BOIS

C'est le printemps, le temps quand la nature se réveille après la période de calme, de sommeil et de repos.

L'hiver se termine aussi dans les montagnes lentement et nous sentons le printemps. Les températures agréables et plus chaudes ont laissé fondre aussi le dernier morceau de glande dans l'étang et mes canards et poules se réjouissent des promenades au jardins et des bains au soleil...

Les premières fleurs printanières montrent vigoureusement leurs têtes florales et même les arbustes et les arbres se préparent à envoyer leurs pétales au soleil...! Dans la plaine la nature est déjà un peu plus avancé et à chaque fois quand je descends aux cours, consultations et des conférences à Lausanne, Genève ou Fribourg, je me rends compte que je suis habillé « mauvais » - vu que dans les montagnes les températures sont encore un peu plus frais et qu'il faut plutôt un pull au lieu du T-Shirt !

Et comme des graines rêvant sous la neige, votre cœur rêve du printemps.

Ayez confiance dans les rêves, car en eux est cachée la porte de l'éternité.

Khalil Gibran, le Prophète / la mort

Mais la dynamique du printemps est quand-même sensible, même qu'il a encore des possibilités de chutes de neige et du gel. Dans de nombreuses régions, le « **dimanche des braises ou bonne feu ou dimanche des brandons** » a été célébrée comme chaque année.

wikipedia: *Le premier dimanche du Carême s'appelle dimanche de la « Quadragesime » dans la tradition catholique et latine. Il porte le nom de « dimanche de l'Orthodoxie » dans l'usage orthodoxe de Byzance. Dans certaines régions, on le fête sous le nom de « dimanche des Brandons ».*

Dans certaines régions françaises, belges, suisses ou d'ailleurs, la tradition consistait, en ce dimanche des Brandons, à allumer des feux, danser à l'entour et parcourir les rues et les campagnes en portant des brandons ou des tisons allumés.

À Cartigny, au cours du Premier dimanche de carême on fête les Failles, tradition consistant à brûler des perches enrobées de paille, de sarments et de roseaux le soir à l'apparition de la première étoile. Cette fête également observée au hameau de Certoux, sur la commune de Perly-Certoux. Les failles sont l'équivalent des fêtes des brandons ailleurs en Suisse. La ville de Payerne organise son carnaval sous le nom de Brandons de Payerne.

CARNAVALS

Avec le carnaval on chasse l'hiver. Souvent en brûlant une poupée de paille ou un bonhomme de neige.

La tradition des cheminements dans la ville suivis de grands feux marquant la fin de l'hiver se retrouve aussi dans les carnivals de plusieurs régions d'Europe. C'est en particulier le cas dans les carnivals de la Région du Centre en Belgique ou des Brandons de Payerne, en Suisse. Ce feu peut se retrouver pendant les rondeaux au carnaval de Nivelles ainsi qu'au Feureu. Ces feux proviennent de la tradition gauloise dans laquelle on honorait du Dieu Grannos en raison du retour du Soleil durable.

Sechseläuten / Zurich

Sechseläuten (Suisse allemand: Sächsliüüte, littéralement sonnailles de six (heures)) est une fête traditionnelle de la ville suisse de Zurich. Elle est fêtée sous sa forme actuelle depuis 1904. La fête a lieu le troisième lundi d'avril et comporte plusieurs événements, notamment un cortège d'enfants déguisés le dimanche et le cortège des corporations le lundi. Ce dernier se termine à six heures du soir (d'où le nom Sechseläuten) par la crémation du Böög qui représente l'hiver. <http://fr.wikipedia.org/wiki/Sechseläuten>

La suite sera fêter avec **l'équinoxe de printemps** (celte Ostara) autour du 21 mars. Souvent la fête se passe avant ou après sur le weekend proche.

wikipedia: *Une année connaît deux équinoxes : le premier entre le 20 et le 21 mars, le deuxième entre le 22 et le 23 septembre. Par extension, on appelle équinoxes les jours de l'année pendant lesquels se produisent ces passages au zénith. Les dates des équinoxes sont liées par convention à celles du début du printemps et de l'automne.* <http://fr.wikipedia.org/wiki/équinoxe>

Différentes survivances des célébrations de l'Équinoxe de printemps ont existé ou subsistent de nos jours. Feux de joie ou noyade de lumière de cette époque, dont les usages s'en manifestent sous des formes très variées mais précèdent de la même pensée initiale: la libération de l'obscurité hivernale par exemple en mettant en scène des moyens d'éclairage artificiel (bougie, lampe à huile ou lanterne symbolisées) dont on se débarrasse par noyade. On trouve aussi des usages liés à un gâteau que l'on offre à une divinité et encore à un mannequin de paille que l'on brûle ou précipite à l'eau afin de "détruire l'hiver".

http://fr.wikipedia.org/wiki/Fête_païenne

Les fêtes d'Équinoxe de Printemps sont étroitement liées à la Terre et le Soleil. Elles et persistent depuis des millénaires sous divers aspects. Cette équinoxe marque un moment d'équilibre dans l'année. Ainsi c'est le réveil de la Déesse Terre aidée de la Lumière du Dieu devenant fort. Par son réveil, la Nature inspire la renaissance, la résurrection de la vie.

Plus tard ces coutumes ont été reprises par l'église chrétienne et adaptés pour que les églises se remplissent. Pendant que Ostara est célébrée le même jour, la date de la Pâques chrétienne se déplace chaque année. La raison en est, que la date de Pâques est basée sur la lune : il tombe toujours le dimanche suivant de la première pleine lune depuis le début du printemps. Il peut être donc entre le 22 mars et 25 avril.

Le dernier feu de printemps est alors **le feu de Pâques** ou parfois aussi le roue de feu de Pâques. Dans certaines régions des mannequins ou d'autres éléments sont brûlés dans le feu de Pâques, ce qui représente Judas Iscariot (crémation de Judas).

Beltaine suivra comme première fête d'été selon le calendrier celte / irlandais.

wikipedia: *Beltaine (Bealtaine, Beltane ou Beilteine, Beltan en breton, cornique, et gallois) est la troisième des quatre grandes fêtes religieuses de l'année celtique protohistorique, fêtée le 1er mai. Elle marque le début de la saison estivale et a lieu à la pleine lune de mai. Le principal rituel de Beltaine consiste en des feux allumés par des druides où le bétail passait afin qu'il soit protégé des épidémies pour l'année à venir.* <http://fr.wikipedia.org/wiki/Beltaine>

Et la nature se réveille à la nouvelle vie, tout pousse et verdit – la force de l'élément "BOIS" est partout. Avec "le BOIS" dans les 5 éléments nous réunissons le printemps, le nouveau début, la naissance et l'enfance. Cette énergie est caractérisée par la vivacité et la croissance rapide.

Ce qui es lié au BOIS:

Direction cardinale :	est
Energie saisonnière :	printemps
Moment dans la journée:	tôt le matin, levée du soleil
Energie climatique :	venteux
Energie journalière :	matin
Energie de couleurs :	vert
Saveurs alimentaires :	acide
Odeur :	ranci
Mode de cuisson :	salade
Type d'assaisonnement :	vinaigre
Moment des repas:	déjeuner
Aliment d'origine animale :	volaille, lapin, yoghourt

Aliment d'origine végétale :	agrumes, blé, levain
Partie à consommer :	feuilles, germes
Moment vital fort :	enfance
Plan organique :	foie, bile
Plan viscéral :	articulations, colonne vertébrale
Sens :	visuel
Type de sécrétion :	larmes
Symptomatique	
Physiologie locale :	tendons, ligaments
Typologie psychique :	énergie de vie
Typologie énergétique :	gentillesse
Psychologie passionnelle :	colère, agression
Psychologie vertueuse :	humanité, bonté
Psychologie qualitative :	déléguer, guider
Nombre astrologique chinois :	3 et 4
Planète associée :	Jupiter

Si des enfants de 3 ans se défoulent en riant avec plein de joie, c'est non seulement enviable, c'est aussi la souplesse de l'énergie du bois qui se trouve dans ces jeunes corps. Il existe une expression en allemand que les choses acides rend joyeux! Alors mangeons plus des citrons et défoulons après!!!!

L'élément BOIS représente en général la joie de jouer, créativité et création, liberté et l'enfance sauvage de l'homme! Les personnes avec une grande partie de l'élément BOIS en eux aiment d'être dans la nature, d'être dehors. Elles sont souvent très aimable avec des enfants - souvent car elles ont gardé leur enfant d'intérieur en vie.

Comme organe, c'est le foie qui est responsable de notre souplesse. en „stockant“ du sang, alimentant les tendons et les articulations. Il s'occupe d'une rivière d'énergies harmonieuses, c'est-à-dire qu'il “fait couler le Qi (Chi) librement” dans le corps. Avec l'âge croissant et l'énergie du bois diminuant, nous devenons plus fragile, les os plus rêches et nous sommes plus immobiles. Pour cette raison, le printemps est excellent pour aller de nouveau à l'air frais et remuer les articulations et membres “rouillés”.

Le printemps réveille aussi le besoin de fraîcheur et de propreté. Le printemps est le moment des grands nettoyages. Avec les jours prolongés, il n'est pas surprenant que beaucoup de gens ressentent le besoin de donner leurs quatre murs une fraîcheur nouvelle. On nettoie, panosse, frictionne, brosse et lave - on s'en donnant à cœur joie. La récompense pour une telle action de nettoyage est optimal : non seulement les chambres brillent dans une nouvelle sensation de lumière, mais nous nous sentons aussi soulagée, fier et puissante.



Autour de la santé du BOIS

Le temps que tu te ne prends pas pour ta santé, c'est la maladie qui se le prend alors pour toi!

(dicton de la médecine chinoise)

Dans une perspective de santé on peut mettre en œuvre aussi physiquement et mentalement ce nettoyage de printemps, par exemple sous la forme d'une cure purifiante nettoyante du corps - une désintoxication.

Autrefois, les anciens avaient coutume de pratiquer une cure de nettoyage métabolique à chaque changement de saison, et particulièrement à l'arrivée du printemps. A l'époque, il n'était pas besoin de faire un effort particulier pour faire ce grand nettoyage. Il suffisait de se nourrir de ce que la nature mettait

à disposition. Plantain, pissenlit, radis noir, artichaut... faisaient partie du régime naturel et cela faisait un bien fou.

Aujourd'hui, le monde moderne a totalement oublié cette pratique qui, pourtant, est attendue par notre organisme (qui croit toujours que nous sommes des chasseurs-cueilleurs). La cure de nettoyage est ainsi plus nécessaire que jamais de nos jours car l'homme des pays développés a une alimentation très riche tout l'hiver et vit en outre dans un environnement encombré de polluants et de poisons de toutes sortes.

Mais comment bénéficier de cette renaissance dans les meilleures conditions ?

Ne croyez pas qu'il suffise d'acheter le dernier produit détox à la mode dans les magazines féminins ou santé et d'en faire une cure pour se tirer d'affaire. C'est tout un chantier de printemps qu'il faut engager. Ce chantier comporte des étapes qu'il faut respecter.

En sachant que cet effet de scories, fait plus de sens de faire un nettoyage de printemps annuel du corps et c'est un outil utile pour maintenir la santé physique. Désintoxication signifie rien d'autre que l'élimination des dépôts de sels neutres dans des cellules, des tissus, des articulations et les glandes et organes du corps et sert au maintien de la santé ou la régénération de l'organisme.

Le foie aurait, nous disent les physiologistes, plus de 800 fonctions ! C'est un organe-clé. Il draine 1,5 litre de sang à la minute qu'il renvoie au cœur par la veine cave. Il concentre les poisons et toxines dans la bile, il « détoxique » de l'ammoniaque, il stocke le glucose en excès, dégraisse les acides gras, assure la synthèse du cholestérol (essentiel à nos hormones sexuelles), décompose les protéines en acides aminés utilisables, synthétise les protéines plasmiques, stocke les vitamines A, D, K, B et le fer, etc. etc.

Pour traiter le foie, l'idéal serait de manger du pissenlit. La feuille de pissenlit se mange en salade, il faut la cueillir loin de la pollution et des bords de route. C'est typiquement la salade de printemps, apéritive et digestive. Salade que les plus urbains d'entre nous peuvent aussi se procurer facilement...

Le principe amer du pissenlit a une visée hépatique. Il nettoie non seulement le foie mais en plus il draine la vésicule biliaire, les reins et élimine l'acide urique et l'excès de cholestérol. « Le pissenlit essore l'éponge hépatique et rince le filtre rénal », disait le grand naturopathe Henri Leclerc. A méditer !

Une deuxième plante courante, facile à trouver, est le plantain. Il ressemble à une petite salade et est encore plus répandu que le pissenlit. C'est un dépuratif de printemps par excellence. On peut le mélanger en salade avec le pissenlit ou au milieu de crudités variées. La tisane se prépare à raison de 100 g par litre à bouillir 2 à 3 mn et infuser 10 mn. Boire 3 à 5 tasses par jour.

Pour des traitements et suivis professionnels:

CABINET DE NATUROTHÉRAPIE, Centre Sophia - Pl. de la Riponne 3 - Lausanne

http://www.naturo-therapeute.ch/texte/Cure_printemps.htm

Le Mirador Kempinski Lake Geneva, Chemin de l'Hôtel du Mirador 5, 1801 Mont-Pèlerin

<http://www.kempinski.com/fr/montreux/mirador/spa-de-luxe/centre-medical/>



Autour de la santé de la TERRE:

La terre, le métal, l'eau, le bois et le feu - les 5 éléments sont les cinq clés de notre santé. La médecine des 5 éléments repose sur la théorie des 5 éléments de la médecine traditionnelle chinoise (MTC), qui affecte toutes les manifestations de ces cinq forces universelles ou des éléments de l'univers (terre, métal, eau, bois, feu).

Chacun de ces éléments se manifeste dans

> certains organes (**Terre = rate/pancréas et estomac**, métal = poumon et gros intestin, eau = rein et vessie, bois = foie et vésicule biliaire, cœur et intestin grêle = feu)

> des organes de sens particuliers (**bouche**, nez, oreilles, yeux, langue / langage)

> certains tissus (**tissu conjonctif/défense**, des peau/muqueuse, des os ou des nerfs, muscles / tendons, vaisseaux sanguins)

> des émotions spécifiques (**préoccupations/soucis**, chagrin, peur, colère et joie)

> activité mentale spécifique (**penser**, instinct, vouloir, fantasmer et conscience).

Les clefs sont combinés dans un code spécial.

La vie est optimale, si tous les cinq éléments seront rempli harmonieusement avec l'énergie, tout aussi forte et équilibrée et suivent dans l'ordre du code. Vous pouvez ensuite voir votre vie tâches et exalté et votre chemin de vie. Utilisez les méthodes de diagnostic que la médecine 5-éléments peut être déchiffré, quels éléments sont sous-approvisionné et détraqués. En outre, vous pouvez apprendre quel élément vous « verrouillé » et comment il faut activer votre code à nouveau. Tous les développements sains et des processus de guérison expirera au bout de ce code.

Celui est heureux et en bonne santé dont son « Shen » (la divine proportion ou l'essence) lui conduit sur leur chemin de vie à ce code et ensuite le cadeaux des cinq grandes joies de la vie est donné: santé (Terre) - longévité (Métal) - paix (Eau) - succès (Bois) - amour (Feu)

L'heure comme indicateur : le coté pratique de **l'horloge des organes**

Le fait de ne pas se sentir bien (ou de se réveiller au milieu de la nuit) toujours vers la même heure, est - selon la Médecine traditionnelle chinoise (MTC) - un indice que quelque chose n'est pas d'accord avec la santé. Alors on peut tester cette théorie, en regardant dans le tableau, à quels organes cela correspond, faire une hypothèse de travail et un bilan de santé par un praticien EAV. En comparaisant les résultats, on est toujours très étonné, comment la connaissance des Anciens et le savoir-faire moderne peuvent correspondre.

Organe	Activité	
	maximale	minimale
Poumon	03:00-05:00	15:00-17:00
Gros intestin	05:00-07:00	17:00-19:00
Estomac	07:00-09:00	19:00-21:00
Rate/Pancréas	09:00-11:00	21:00-23:00
Coeur	11:00-13:00	23:00-01:00
Intestin grêle	13:00-15:00	01:00-03:00
Vessie	15:00-17:00	03:00-05:00
Reins	17:00-19:00	05:00-07:00
Circulation	19:00-21:00	07:00-09:00
Triple Réchauffeur	21:00-23:00	09:00-11:00
Vésicule biliaire	23:00-01:00	11:00-13:00
Foie	01:00-03:00	13:00-15:00

Digestion / TERRE: Par exemple, l'estomac-méridien est particulièrement puissant entre 7 et 9 heures du matin. C'est donc le meilleur moment pour un petit déjeuner riche, fidèle à l'expression: «mange le

matin comme un empereur, à midi comme un noble et le soir comme un mendiant». Des aliments riches en glucides de matin, n'est pas si faux, parce que le rate-méridien est particulièrement puissant dans l'heure double suivante de 9 à 11 heure. Ses points forts sont la pensée dirigée et le traitement de l'information. Des hydrates de carbone et la nourriture pour le cerveau sont bien assez adéquate le matin. Une alimentation basique combiné laisse commencer la journée avec une forte énergie. Un autre exemple montre que dans le cercle d'horloge les heures opposés du temps peuvent être important. L'intestin grêle a sa haute énergie entre 13 et 15, juste après le repas du midi. Pendant ce temps, il filtre les éléments nutritifs de la bouillie de nourriture. Sa tâche est selon la médecine chinoise de séparer le plus clair des eaux troubles. Cela aussi sur le niveau mental et spirituell.

Que nous rend tellement fatigué à midi ? C'est le **méridien du foie/bois**, qui est à ce moment le moins efficace. Mais puisque de fournir l'énergie aux yeux par le sang (qui est sa tache) ne fonctionne faiblement, nous avons tendance de fermer les yeux et dormir ou au moins à somnoler à midi.

Ce que vous pouvez stimuler / l'horloge des organes

L'horloge biologique des organes ne doit être en aucun cas un calendrier ou un plan fixe pour votre vie, selon vous vous organiser servilement. Connaissance des mutations d'énergie maximales et minimales des méridiens et organes individuels peut être plus que utile surtout si vous vous sentez que votre capacité corporelle n'est pas optimale, ou vous vous sentez un peu faible ou malade. Pour les thérapeutes TCM, l'horloge des organes peut fournir de précieux renseignements diagnostiques et thérapeutiques. Il ne doit pas terminer avec une visite de maison du médecin tous les soirs pour un traitement d'acupuncture...

Par contre, vous pouvez utiliser le Feng Shui pour un support au niveau de votre habitation et faire l'acupuncture des méridiens de la maison!



le recette des 5 éléments

Rubrique nutrition : changement de la nutrition d'hiver chaud à la légère diète de printemps que fait bouger le Qi. Thermiquement rafraîchissant, énergiquement monter vers le haut, consistance légère, détoxiant et purifiant.

Aliments : légumes de saison et premiers herbes printanières, germes, plats légers de viande (poulet, poule, canard), épeautre, blé vert, levure, pâte au levain, salade verte, choucroute, tomates, légumes lactiques, serré, crème acidulé, lait caillé, kiwi, cerise acidulé, citron, rhubarbe, canneberge, cassis, groseilles, raisinets, mûrs, oranges

Salade aux herbes avec sauce réchauffante

Rampon, chicorée rouge, feuilles de pissenlit, graines de tournesol grillées, tranché d'avocat, des radis, raifort rapé, des lentilles précuites, pousses de bambou. *Sauce/vinaigrette* : l'huile de noix ou Carthame, peu de cannelle en poudre, poivre moulu, gingembre en poudre, peu de cumin en poudre, moutarde forte, sel de mer, vinaigre au vin rouge - ou Basalmico, peu de romarin, thym, origan.

BOIS: Rampon, pousses, vinaigre

FEU: pissenlit, chicorée, romarin, thym, origan
TERRE: avocado, graines, huile
METAL: raifort, radis, cannelle, poivre, gingembre, cumin, moutard
EAU: lentilles, sel

Vous pouvez adapter la quantité des ingrédients à volonté, selon le nombre des personnes et préférences. Les ingrédients sont joints comme toujours selon le cycle d'alimentation:

Faites un lit de rampon et pousseur l'assiette, pissenlit et chicorée à décorer autour. Tranches d'avocat par dessus, saupoudrer des graines grillées, radis orné (selon la volonté) à mettre avec la salade. Ajouter le raifort râpé et distribuer les lentilles en petits tas sur le bord.

Vinaigrette: Mélanger le vinaigre, romarin, thym, origan et l'huile, assaisonner au goût avec cannelle, poivre, gingembre, cumin, moutarde et sel et répartir sur la salade.



La nourriture est médecine, qui a du bon goût!

**Est-il cuisinier ou médecin?
Est-il un restaurant ou une pharmacie?
Poisson, viande, oignon et poireau
Bons plats bannissent pilules et comprimés
Aliments nutritives sont la solution contre tous les souffrances!**
(proverbe chinois, provenance inconnue)

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



TEMPS LIBRE, ACTIVITES ET WELLNESS

Suivant au thème de désintoxication du corps, ici encore quelque chose pour soutenir l'élimination et purification : le sauna stimule fortement le métabolisme, donc il aide à nettoyer et libérer l'organisme des déchets produits.

Le sauna, bain de vapeur sèche, nous vient d'une tradition millénaire finlandaise dont la popularité a gagné les pays industrialisés.

Malgré des réactions immédiates mettant en jeu le système cardiovasculaire (la chaleur dilate les vaisseaux sanguins ce qui augmente le rythme cardiaque) et endocrinien dans des proportions non négligeables, le sauna est généralement bien toléré tant chez les enfants que chez les adultes.

Selon de nombreux travaux scientifiques, sa pratique régulière n'est pas dangereuse pour la santé. Au contraire, nettoyant, effet purifiant, élimination des toxines, il apporte détente des muscles et évacuation d'éventuelles courbatures et un bien être en général, mais renforce également nos défenses naturelles, notamment pour lutter contre le stress et les infections, dynamise notre système circulatoire, stimulation de la fonction cardiaque et de la circulation sanguine par l'alternance du chaud/froid, exerce une action tonifiante sur la peau et apporte un effet relaxant : après un sauna vous vous sentez léger, propre et libéré des préoccupations quotidiennes.

Pour soutenir encore plus l'élimination des toxines, c'est recommandé de boire assez ou même plus.

Le foie est le principal organe d'excrétion de la désintoxication du corps. Par conséquent, le foie et la bile sont la cible de la plupart des applications et thérapies de détoxification. Une vieille recette c'est le cataplasme du foie - très simple et très efficace, comme il est recommandé pour chaque cure de jeûner. Il suffit de placer une bouillotte chaude pendant 10-20 minutes sur l'abdomen supérieur à droite et de se reposer pendant ce temps. Un moment propice de la journée c'est le début de l'après-midi, entre 13 et 15, selon l'horloge des organes (voyez SANTE de la TERRE) les jus de la bile coulent ainsi le plus.

Dans la Naturopathie on applique surtout des herbes digestives qui contiennent de nombreux différents composés amers pour stimuler les organes excréteurs. Ce que nous mangeons normalement, contient peu de cette amertume. La nourriture est aujourd'hui adaptée au grand goût de la majorité et peu et quelques personnes aiment le goût « amer » pour le manger volontairement.

Vous pouvez soutenir la digestion et la production de liquide de la bile avec:

- du citron pour stimuler le foie
- du pissenlit pour soulager les reins
- du riz pour expulser les toxines
- des tisanes de pissenlit, orties ou plantain pour épurer



recommandations livres et films:

autour du bonheur...



Lettres à Ménécée, EPICURE
ISBN 978-2-08-071274-5 CHF 5.40

<http://www.books.ch/detail/ISBN-9782080712745/Epicure/Lettre-à-Ménécée>

L'apprentissage du bonheur
ISBN-9782266219389 CHF 13.90

<http://www.books.ch/detail/ISBN-9782266219389>



DVD La Ferme du bonheur - Volume 1 - 5 épisodes EURO 13.00

http://www.amazon.fr/Ferme-bonheur-Episodes/dp/B002L7TMMM/ref=sr_1_27?s=dvd&ie=UTF8&qid=1395344507&sr=1-27&keywords=bonheur



recommandations de purification de l'expert du jardin et
fumigation Daniel Kohler (www.danielkohler-gartenpflege-dienstleistungen.ch)

il était une fois... nous étions encore des enfants et le monde notre terrain de jeu. Un jardin plein de merveilles et de joies. Chaque petite partie de la nature était une raison de rester. Depuis les plus petits êtres vivants, par les esprits de la nature, jusqu'à la vaste ciel. Des miracles se sont passé et même souvent! Puis nous avons grandi et nous avons laissé ce jardin magique derrière nous. Nous avons oublié ce que cela signifie de faire partie de cette création. Ce que cela signifie de faire l'expérience. Maintenant le temps est venu de se rappeler. Tout d'abord il en faut „nettoyer“ le jardin oublié, tous les chemins des feuilles et des bois (branches, etc.) morts qu'une énergie fraîche peut circuler à nouveau.

Par la suite, tous les accessoires et les pots de fumigation sont à vérifier, nettoyer, défectueux à réparer ou éliminer. Rubans colorés, boules de roses et jeu de vent mis en place, nettoyer le mobilier de jardin et préparer pour la fête finale de cette jardin-purification. Le grill sera remis en route et de la première fois cette année avec du bois sec. Il en faut des herbes de la pharmacie de fumigations. Une fois que le bois est à incandescence nous enlever un morceau et placez-le délicatement sur un bol en céramique ou dans un autre support de purification. Nous prenons une cuillère pour « raccrocher » et « supprimer » les matériaux de fumigation (herbes etc) et pour toujours regarder la lueur. Attention c'est très chaud ! Maintenant, nous allons avec le matériel de fumigation dans le jardin, partout et dans tous les angles et les coins. Nous n'oublions pas le potager et le jardin des herbes, la serre, les biotopes et des coins de détente. La nature va nous remercier avec des couleurs vives, fines herbes et les légumes tendres. Toute la famille, surtout les enfants auront leur grand plaisir aussi. Et bientôt, nous découvrons les premières créatures de la nature et profitons de le « éveil » de la nature. Nous pouvons savourer la chaleur et lumière du soleil de printemps, commencer à somnoler et laisser les rêves voler loin. Un sentiment merveilleux, le sentiment printanière...

Mon Conseil de fumigation des jardins: Angélique (Angelica) - plante forte de protection. Facilite les rencontres avec des êtres naturels, utiles contre les influences négatives. Idéal aussi pour les cérémonies de protection, d'inaugurations ou activation du coeur de la maison. Résine de pin : il vous connecte avec les êtres naturels. De la forêt locale.

Ce sera une belle année de jardin !

Avec un puissant signal de fumée

Votre Dany Kohler

Jours favorables pour purifications durant de l'année :

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

Des cours autour des purifications et enlever des blocages :

<http://fengshui-ursulabogatzki.ch/fr/cours-workshops/cours-complementaires/workshop-5fumigations.html>

<http://fengshui-ursulabogatzki.ch/fr/cours-workshops/cours-avances/faire-de-lordre-dans-la-maison-et-dans-votre-vie.html>

風水

Conseil Feng Shui spécial:

Aujourd'hui, je voudrais me consacrer à la zone de la famille, parce que j'ai trouvé de plus en plus combien ce domaine est important, n'est cependant souvent négligé ou manquant.

SIGNIFICATIONS: FAMILLE, ANCETRES, SUPERIEURS

FAMILLE - bonnes relations familiales donne du soutien

Est-ce que vous êtes en bien avec votre famille ? Vous vous sentez partie de votre famille et vos ancêtres ? Maintenez vous les traditions familiales ?

La zone de Bagua est lié à la famille, société, racines et les compétences sociales. C'est une image de votre relation avec les parents, les grands-parents et les ancêtres. Parce que la famille d'où vous venez influence même aujourd'hui votre vie et vos comportements.

Dans les constellations familiales, il s'agit surtout de reconnaître des blocages et qu'ils peuvent être résolus. Seulement si la relation avec la famille est claire, nous pouvons vivre en paix avec tous les membres de la famille, vivant ou mort, nous pouvons prendre force du passé et donc profiter de cette force de cette zone Bagua.

ANCÊTRES et AÏEUX

Les aïeux, donc des ancêtres déjà décédés, ont un profil beaucoup plus élevé dans la tradition asiatique que dans notre culture. En supposant que le défunt dans le monde surnaturel peut influencer activement les fortunes des vivants, les relations aux aïeux sont entretenus intensément adorés et surtout soigneusement occupé leurs tombes. En partie, on dépose les offrandes même régulièrement.

À la recherche des racines et des vérités de cette doctrine on peut trouver en Chine de nombreux secrets précieux - sur les places qui sont plutôt inhabituelles : dans et près des tombes. Selon les anciens maîtres toutes les tombes étaient alignés traditionnellement sur des hauts points énergétique, riches et fertiles. On pensait que le Qi des morts sera disponible pour les vivants à travers la terre. À la recherche de pistes à travers le pays, c'est rapidement frappant, qu'il n'y a aucun cimetières que le nôtre, mais les tombes ont été isolés et ne sont généralement pas loin des maisons des familles. Qui apparaîtra très surprenant à un attentif visiteur d'occidental au cours de son premier voyage à travers la Chine, comme en Occident, le sujet de la mort et de mourir est déplacé à une distance, on ne parle pas... et le deuil doit être maîtrisé rapidement. C'est différent dans l'Empire du milieu, où il y a un véritable culte de la mort et jusqu'à aujourd'hui très important: le culte des ancêtres.

Le Feng Shui s'est également engagé longtemps simplement pour choisir des lieux de sépulture favorables. Le mieux les tombes des défunts ont été placés, le mieux c'était pour les descendants vivants. En effet, les tombes des ancêtres des chefs célèbres et puissants en Chine possèdent tous exceptionnellement un bon Feng Shui. Cette façon du Feng Shui est appelée Yin Feng Shui.

SUPÉRIEURS

Egalement la relation avec les idéales, les personnes d'autorité et les supérieurs sont consignées ici. Les structures sociales au milieu de travail, le comportement avec des supérieurs et des collègues s'adresse ainsi que la question de savoir comment s'intégrer dans les groupes. On parle souvent aussi de « comme dans une famille » / « nous sommes comme une famille ».

POSSIBILITES DE CREATION ET DECORATION

- Attention à une conciliation de lumière, de couleurs et de matériaux, pour que des relations puissent trouver un équilibre.
- Gardez les zones de séjours et salle à manger soignée et libres de tout encombrement...
- Crée une salle à manger harmonieuse et détendue, qui offre assez d'espace pour plusieurs personnes. Une table rectangulaire soutien les discussions formelles de couple, alors qu'une table ronde ou ovale favorise l'atmosphère détendue et les discussions constructives (table ronde).
- Le salon devrait être un lieu de rencontre pour toute la famille et des invités, créer un espace de canapé pour plusieurs personnes qui donne la vue d'ensemble sur l'espace et qui est assez allumé.
- Stimulation de l'énergie vitale avec des plantes saines ou fleurs coupées. Mais s'il vous plaît, ne prenez aucune fleur «morte» séchée!
- Général: décidez avec des éléments vers lesquels vous avez une attitude positive (en particulier ceux qui sont personnels et familiaux). Aucun élément de famille que vous n'aimez pas et seulement par «obligation» vous le gardez et posez-le sur l'armoire...
- Si vous ne savez pas exactement quels sont donc donneur d'énergie et favorisant de vos souvenirs de famille ou cadeaux et ce qui devrait plutôt être vu comme «indésirable, voleur d'énergie ou même inutile», mon cours peut être utile: Space clearing - faites de l'ordre dans votre vie et maison.

- Accentuer des thèmes sur la famille à travers des images de membres de la famille, des images de groupe et des ancêtres dans la zone du Bagua dans la salle à manger ou le salon.

COULEURS

- en général les couleurs jaunes, orange, bruns et beiges sont favorables
- Vous devez également prendre en considération les orientations cardinales, dans lequel se trouvent le salon et la salle à manger, ainsi que l'image globale et l'harmonie de l'aménagement.

ACCESSOIRES & OUTILS D'AIDE

Bougies Palm-Light

Bougies NUANCE, 20cm CHF 19.90

Bougies NUANCE, 6cm CHF 11.50

couleurs NUANCE: ivoire, brun, jaune, orange

Bougies UNIQUE, 14cm CHF 23.80

couleurs UNIQUE: brun-gris, gris-beige, ivoire, caramel, mangue-orange

Bougie Lumière dans lumière, photophore avec UNIQUE CHF 31.00

Cristaux Arc-en-ciel

Fleur Lotus, clair-arcenciel, 50mm CHF 25.00

Pendentif orange, 8 petits cristaux, 1 grand, longueur ca.21cm CHF28.00

Figurines

Famille / troupeau d'éléphants (pour bâtons d'encens) , 8cm CHF 18.00

Famille / troupeau d'éléphants (pour bâtons d'encens), 10cm CHF 20.00

Ange „Mère terre“/ Glastonbury/England, sable quartz, 9cm CHF 117.00

Ange en verre „Terre“, 4,5cm, partiellement oré 12-14kt CHF 19.00

Ange Calcite jaune, 3.5cm CHF 12.80

Divers

Poster „famille“, encre, ca. 58,5 x 82 cm CHF 29.00

Plante Platycerium bifurcatum (corne d'élan ou corne de cerf) CHF dès 28.00

Plante Tradescantia zebrina (zebrina misère) CHF dès 18.00

Lampes de sel

Himalaya-sel-Rock, 2-3 kg CHF 32.00

Himalaya-sel-Rock, socle en bois 7-10 kg CHF 82.00

Selenith-sel, 4-6kg, blanc CHF 59.00

Pierre précieuses Calcite jaune et orange

Calcite Lampe cristalline jaune, pointu, moyenne CHF 149.00

Calcite Lampe cristalline jaune, ronde, moyenne CHF 185.00

Calcite Lampe cristalline orange, Rock, moyenne CHF 149.00

Calcite porte-bougie (rechaud) 3 trous CHF 48.00

Calcite porte-bougie (rechaud) basse 1 trou CHF 18.80

Calcite porte-bougie (rechaud) haute 1 trou CHF 32.00

Huiles essentielles & Wellness

VitaSal bain de fleurs "Orangerie", 450g CHF 28.00

Mélange essentiel "Pure atmosphère", 10ml CHF 21.00

Mélange essentiel „Bouché miel", 10ml CHF 21.00

Spray d'ambiance „Pure atmosphère“, 100ml CHF 24.50

Thé aux herbes „Hildegard / Harmony,, 18 sachets CHF 8.00

Savon „Orange-Grapefruit“, 100g CHF 8.00

commandes possible à envoyer: info@ursulabogatzki.ch ou par le e-shop FENGSHUI SHOP ROMANDIE <http://www.ursula-bogatzki.ch/de/shop/bagua-8-lebensthemen/familie.html>

VOUS Y TROUVEREZ AUSSI DES DESCRIPTIONS ET ACCESSOIRES POUR LES AUTRES ZONES BAGUA

Vous pouvez aussi demander à un conseiller de Feng Shui de l'aide ou laisser faire une analyse de Feng Shui individuelle : <http://fengshui-ursulabogatzki.ch/fr/fengshui/feng-shui-maison-appartement.html>

Et au cas où vous voudriez savoir plus sur le Feng Shui et apprendre l'appliquer de vous-même : <http://fengshui-ursulabogatzki.ch/fr/cours-workshops.html>



d`autres conseils:

trouvez ici encore quelques conseils / liens qui peuvent être utiles.....

Qui aimerait **relire des Newsletter** - ici le lien aux archives:

<http://www.fengshui-ursulabogatzki.ch/de/news/news-archiv/128-newsletter-archiv.html>

Pour tous, qui veulent utiliser le temps pour faire soutenir positivement ses activités, ici le lien pour **les jours astrologiques favorables (gratuitement chaque mois) :**

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

Evénements d'info, conférences et ateliers:

<http://fengshui-ursulabogatzki.ch/fr/news/conferences.html>

Workshop I - cours de weekend et modules Feng Shui pour maison et appartement

(cours d'initiation & connaissances de base)

<http://fengshui-ursulabogatzki.ch/fr/cours-workshops/cours-de-base/workshop-1-maison-appartement.html>

A présent, je voudrais fermer - bien à contre-cœur - cette Newsletter et je me réjouis de vous retrouver pour la prochaine lettre. J'espère vous aussi.

Je vous souhaite du cœur

Joyeux Pâques



et un merveilleux printemps. Votre Ursula

sources:

alternativesante.fr, periodensystem.ch, psychologies.com, Daniel Kohler, spiegel-online.de, Wikipedia, silVITA, DECO-LINE, der gelbe Kaiser, ichkoche.at, denkwerkzukunft.de, Gfbk Heidelberg, spiegel-online.de, ard.de, Y. Unger / traductions: Ursula Bogatzki