



„Horizonte öffnen“ Hörerservice

- Horizonte öffnen -

Die Radiosendung für Lebensqualität und mehr auf oeins, UKW 106,5 MHz am 3. Dienstag des Monats

Tipp des Monats Dezember 2010:

„Jahresreinigung machen“

von Klaus Stahlberg

(Akupunkteur und Heilpraktiker, Oldenburg)

Ein kleiner Hinweis zur Jahreszeit, in der die Beamten des Körpers (Organe), die entsprechend in die Jahreszeit gehören, besonders viel Kraft haben. Jetzt haben wir Winter und das ist das Wasserelement. Dazu gehören die Beamten Niere und Blase und diese Beamten haben im Moment mehr Kraft und es geht darum zur Ruhe zu kommen. Die Nieren sind unsere eigentliche Substanz, das Erbmaterial und auch das, was wir unseren Kindern mitgeben mit dem Samen, und das ist die Zeit, in der wir diese Kräfte wieder bündeln.

Um das tun zu können ist es sinnvoll, zur Ruhe zu kommen und sich gerade jetzt in dieser Jahreszeit Zeit zu nehmen und einfach mal Bestandsaufnahme zu machen.

- Was ist das letzte Jahr so gelaufen?
- Was ist gut gelaufen?
- Was ist schlecht gelaufen ist?
- Was können wir eigentlich gar nicht so richtig brauchen?

Der Winter ist eine anstrengende Zeit, wo wir früher nur das durch den Winter mitnehmen konnten, was uns wirklich etwas wert war. Der Rest war Ballast und es ist Zeit, das los zu werden. Der Winter ist das Wasserelement, wo all der Schmutz, der so angefallen ist, im Herbst mit den ganzen Blättern, gewegewaschen wird, und so eine Reinheit entsteht.

„Mensch, ist das jetzt schön hell mit dem Schnee und es leuchtet so. Es hat so was glitzerndes, scheinendes, gereinigtes.“ Diese Reinigung können wir auch selber machen, indem wir uns hinsetzen, zur Ruhe kommen, uns sammeln, bündeln und so einfach mal das Jahr Revue passieren lassen und Entscheidungen treffen, was wir denn wirklich von dem Ganzen brauchen, was wir nächstes Jahr nicht brauchen und was wir anders machen wollen.

Kontakt:

Moderatoren und Redaktion: horizonte@wissensimpulse.de

Studiogast:

Klaus Stahlberg

Praxis für japanische Akupunktur und chinesische Medizin

Donnerschweer Str. 39

26123 Oldenburg

0441 - 9 333 771

e-mail: klaus.stahlberg@5-wandlungen.de

internet: www.5-wandlungen.de