

Liebe Freunde, Klienten und Kinesiologie Interessierte,

die Inspiration zu diesem Newsletter kam im Supermarkt:

Ein Mann stand mit hochrotem Kopf vor dem Abgabeautomat für Getränke und ich sah, wie er explodierte. Da ich nicht wußte was los war, ging ich auf ihn zu um ihn zu fragen, ob ich ihm helfen könne. Er trat auf mich zu und stammelte beim weiter Explodieren, dass der Automat nicht funktioniere, wohl "voll" sei?!

Ich sah ihn an, nahm ihn wahr und sagte ihm, dass es bestimmt jemand gebe, den er um Hilfe bitte könne. Er schnaubte und drehte daraufhin ab in eine andere Richtung.

Eine Weile später sah ich ihn, wie er mit einem Wagen voller Wasserkisten fröhlich pfeifend in Richtung Kasse unterwegs war - er ging an mir vorbei und schaute wie durch mich durch - er hat mich wirklich nicht gesehen.

WOW, dachte ich, was für eine Lektion des Himmels. Mir wurde klar, dass dieser Mann den vollen Getränkeautomat genauso gebraucht hatte, wie er ihm präsentiert wurde. Seine angestauten Emotionen konnten wie in einer kontrollierten Sprengung abfließen.

Wie oft geht es uns auch so - wir machen das "HB-Männchen", weil wir irgendwo vorher verpasst haben unserer Gefühle zu fühlen - und in diesem zweiten PandemieJahr gab es wahrlich viel zu fühlen, so viel Druck der uns im Außen erreichte und oft auch inneren Druck auslöste.

Können wir diesem Druck nicht begegnen, schaltet unser Überlebenssystem "wie ab" und unser emotionaler Dampfkessel braucht dann einen Getränkeautomat oder gar einen anderen Menschen, der mit unserer emotionalen Lage meist nicht viel zu tun hat und damit auch nicht umgehen kann - viel Spaß mit der nachfolgenden Übung hierzu, die ich "Der Getränkeautomat" genannt habe:

"Der Getränkeautomat" - Übung zum Abfließen angestauter Emotionen

- 1. Wir legen unsere Emotion - Wut, Druck, Ärger, Überforderung in die linke Hand**
- 2. Wir legen unser Gewahrsein/Höheres Selbst in die recht Hand**
- 3. Wir nehmen mit den Händen die Position einer Waage vor unserem Körper ein und lassen die Emotionen in unseren Händen zu reiner Energie abschmelzen**
- 4. Wir bringen die Hände ganz langsam vor unserem Körper mit den Fingerspitzen zusammen - Energieball**
- 5. Wir falten die Hände und bringen die Energie zurück in unseren Körper zum Herzenergiezentrum**



**So wünsche ich uns allen, ein inspirierendes Jahr voller Lebendigkeit
Blessings
Anke**

Angebote in meiner Praxis für das neue Jahr 2022:

friday friends

– monatliche Gruppenarbeit - physische Gruppe/ online switching je nach "Lage" - wieder freie PLätze

Aus dem „steps to leaddership“ Programm der Psychologie of Vision® hat sich eine feste Gruppe gebildet. Wir kommen seit 2015 einmal im Monat zusammen um Miteinander zu arbeiten, uns auszutauschen und Miteinander zu Sein...

Über die Bereitschaft der Gruppe gemeinsam Tiefseelen zu tauchen, erlauben wir dem Leben sich für uns zu entfalten und werden zum Gestalter unserer eigenen Zukunft.

Die Reihe findet einmal monatlich freitags statt – und kann ausschließlich im Paket gebucht werden.

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Fähigkeit gut im „Joining“ zu sein - bewusst im Fühlen negativer Emotionen zu bleiben, sie „durchzufühlen“ bis sie sich auflösen...

Gruppentermine für das erste Halbjahr 2022 sind:

14.01. /11.02. /11.03./08.04./13.05. und 10.06. jeweils von 17:00 – 20:00 Uhr,

Gesamtkosten: 210 €

Buseck-Online

– monatliches Webinar - begrenzte Platzzahl pro Termin - bitte rechtzeitig anmelden

Einmal im Monat „Seelenhygiene“ hat es eine mir in Liebe verbundene Frau genannt. Einmal im Monat das „Ventil des Dampfkessels“ öffnen und das was sich „angestaut“ hat „entweichen lassen“ dürfen.

Einmal im Monat Energie tanken mit Gleichgesinnten – was für ein Geschenk...

Im Rahmen der Kontakbeschränkungen wurden wir „inspiriert, die Gruppenarbeit auch online durchzuführen – wir konnten uns verbinden, Austausch war möglich und wir stellten fest, die Arbeit funktioniert auch mit diesem Weg.

Integrative (auch online möglich) Aufstellungen, bewusstes Fühlen und Visualisierungen in Verbundenheit zu Meditationen werden hierbei genutzt.

Wir sehen uns einmal monatlich Dienstags – 18.01./15.02./15.03./19.04./17.05./ und 21.06.

– jeweils 16:30 Uhr bis ca. 18:00 Uhr

Für dieses Angebot ist es möglich, pro Termin teilzunehmen. Oder die ganze Reihe jeweils halbjährlich zu buchen – pro webinar entstehen Kosten in Höhe von 35 €

Ausbildung ab Mitte 2022 - energetic health programm

Gesundheit in Deiner Hand

Dieses Ausbildungsprogramm liegt mir sehr am Herzen, die Idee ist entstanden um mehr Menschen zu erreichen und in die eigene Kraft zu bringen, darüber, dass sie ihre Familien energetisch unterstützen können. Nach dem Prinzip - keine Fische, sondern eine Angel geben, ist eine kraftvolles Programm entstanden - mit einem abgerundetet Werkzeugkasten - der auf jahrelanger ausgeübter Praxis beruht, und den ich gerne weitergeben möchte.

Es werden fünf Module á 2 Tage an Wochenenden sein.

Da das Muskeltesten in Präsenz unterrichtet wird, beginnen wir im zweiten Halbjahr 2022 - hier ein kleiner Ausblick zu den Modulen:

1. **Energetisches Clearing (Reinigung) von Personen, Häusern, Räumen, Bereichen**
2. **Der Muskeltest - Einführung**
3. **Muskeltesten - Arbeit mit Chakren**
4. **Muskeltesten - Vertiefung**
5. **Spezifische Techniken und Abschluss**

Die Module sind einzeln oder als Gesamtpaket buchbar - Modul 2 ist verpflichtend für das Erlernen des Muskeltestes.

**P.S.: Fragen, Anregungen, Anmeldungen, wie immer bei mir.
Bitte auch um Info, falls jemand den Newsletter nicht mehr mag.**

Und hier noch der Tiger:



Nach dem chinesischen Mondkalender endet das Jahr des stoischen Büffels am 31. Januar 2022 und das Jahr des explosiven Tigers begleitet uns bis zum 21.02.2023.

*Der Tiger ist das dritte Mondzeichen nach dem chinesischen Kalender**

Chinesischer Name des Tigers: Hu

Vom Tiger regierte Stunden: 03:00-05:00 Uhr

Himmelsrichtung: Ostnordost

Jahreszeit und Hauptmonat: Winter/Februar

Parallele im westlichen Tierkreis: Wassermann

Festes Element: Holz

Stamm: Positiv

Das Jahr des Tigers

Eindeutig ein explosives Jahr. Gewöhnlich fängt es mit Fanfarenstößen an, aber am Ende wird Trübsal geblasen. Bestimmt wird es von Meinungsverschiedenheiten, von Kriegen und allerlei Desastern, ist aber gleichzeitig ein großes, kühnes Jahr. Nichts wird sich in kleinem, zaghaften Maßstab abspielen, alles ob gut oder schlecht wird auf die Spitze getrieben werden. Reichtümer werden gewonnen und zerrinnen wieder. Wenn Sie etwas riskieren wollen, wagen Sie einen hohen Einsatz, vergessen Sie aber nicht, dass die Karten zu Ihren Ungunsten gemischt sind.

Menschen lassen sich zu drastischen und dramatischen Handlungen hinreißen. Man neigt allerdings zum Aufbrausen, und den Diplomaten stehen kritische Zeiten bevor. So wie die Tiger lassen wir uns zu unbedachten Angriffen hinreißen, um am Ende unsere Voreiligkeit zu bereuen.

Freundschaften, die in diesem Jahr geschlossen werden, ebendo wie gemeinschaftliche Unternehmungen und Abkommen, die auf gegenseitiges Vertrauen basieren, können leicht wieder in die Brüche gehen. Andererseits kann das ungestüme Tigerjahr aber auch aussichtslosen Sachen, gestrandeten Operationen und überalternden Industrien neues Leben einhauchen. Es ist auch eine Zeit für umwälzende Veränderungen und die Einführung neuer und kühner, insbesondere heißumstrittener Ideen.

Das heftige Ungestüm des Tigerjahres wird zweifellos unser aller Leben beeinflussen, doch sollten wir trotz seiner negativen Aspekte gewahr sein, dass es auch eine reinigende Wirkung haben könnte. So wie große Hitze erforderlich ist, um dem Erz das Edelmetall zu entziehen, kann auch das Tigerjahr unsere besten Seiten zum Vorschein bringen.

Nur noch ein knapper Rat für dieses unberechenbare Jahr:

Bewahren Sie Ihren Sinn für Humor und warten Sie ab, bis sich der Qualm verzogen hat.

**Theodora Lau: Das große Buch der chinesischen Astrologie*