

OMDAT IK JARIG BEN, PLUK IK UIT DUIZEND
WENSEN,

DE MOOISTE VOOR JOU:

mei 2022

WEES GELUKKIG

De maandelijkse nieuwsbrief
van Praktijk Janida

5 elementen cyclus

afgelopen weekend was ik jarig en ik zit nu in een overgangsfase, letterlijk en figuurlijk. Alles heeft een plekje binnen de theorie van de vijf elementen, zo ook een mensenleven.

Al het leven beweegt in een cirkel. Het leven begint, komt tot bloei, sterft en wordt weer geboren. Deze cyclus volstrekt zich volgens vaste patronen, namelijk in een ritme van vijf verschillende stadia met vijf verschillende energiekwaliteiten, de Vijf Elementen. Het begint met de geboorte en groei (houtelement). Dan komt de volwassenheid (vuurelement). De volgende fase is de midlife, het aarde element. Met mijn 51 jaar treed ik die fase nu binnen. Later komt dan de pensioenleeftijd (metaalelement) en als laatste de eindelevensfase (water element). Iemand met een sterk aarde-element kenmerkt zich doordat zij stabiel, redelijk en praktisch ingesteld is. Zij heeft haar leven op orde en je kunt op haar rekenen. Vaak bereik je dat als je de middelbare leeftijd bereikt hebt. Er is ruimte ontstaan voor verbondenheid en het beiden van geborgenheid.



IN DIT NUMMER

VIJF ELEMENTEN CYCLUS

de strippenkaart

KRUIDEN IN HUN ELEMENT

WEEGBREE

colofon





Wilt u dat? Voordeel van een strippenkaart ?

wist u dat....

u een strippenkaart kunt kopen bij Praktijk Janida?

Zo wordt het wel heel aantrekkelijk om regelmatig een massage te ontvangen.

Koop een kaart voor 9 ontspanningsmassages en krijg er:

10

kruiden in hun element

Weegbree

Het is weer voorjaar en dan begint er in de natuur weer van alles te bloeien en groeien. Een drukke tijd breekt aan om al dat moois wat er groeit te kunnen inzetten voor gezondheid en ontspanning.

In de zomer hebben we vaak last van muggen die ons steken. weegbree kan dan helpen. Puk een blaadje weegbree, kneus deze en houd op de plek van de steek. je zult merken dat de jeuk en pijn snel weggaan.

Weet je niet hoe deze plant eruitziet? Of ben je niet in de buurt van planten als je ze nodig hebt. Daar heb ik een oplossing voor gemaakt. Een zalf van weegbree en brandnetel.

De zalf werkt reinigend en antibacterieel. Uitwendig kan weegbree gebruikt bij insectensteken, verbranding, zwelling, ontstekingen en verwondingen.



Praktijk Janida

Voel je vrij om deze nieuwsbrief door te sturen.

Als je van praktijk Janida geen informatie meer wilt ontvangen, stuur dan een mail naar info@praktijkjanida.nl of gebruik het [contactformulier](#).

