

Newsletter September 2014



16. September 2014

Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für die Welt.

Mahatma Gandhi

Liebe Kundinnen, liebe Kunden!

nun sind auch in den letzten deutschen Bundesländern die Ferien zu Ende. Somit eine passende Zeit für einen Newsletter, bevor hier in der Schweiz die Herbstferien beginnen.

Hier bei uns hat tatsächlich der Herbst - passend zu den Herbstferien - schon Einzug gehalten, es ist schon überall in der Natur zu sehen.

An erster Stelle mag ich mich herzlich für die Rückmeldungen zur Friedensmeditation von Deepak Chopra bedanken zu der ich eine Rundmail versandte. Sowie dafür, dass so viele teilgenommen haben. Danke für Ihre Emails, Erlebnisse, Erfahrungen und Gedanken dazu.

Ja, der Frieden auf der Welt ist aktuell an vielen Orten am bröckeln. Doch was können wir zusätzlich zu Friedensmeditationen und div. Veranstaltungen noch tun?

Unseren inneren Frieden, den Frieden in uns stärken. Die Welt um uns ist immer auch ein Spiegelbild unseres Inneren. Ganz gleich ob der Streit in der Familie, im Büro oder auf der Welt vorhanden ist. Meist hat es noch Streit und Unfrieden in uns selbst.

Diesen gilt es zu beenden.

Seien Sie liebevoll mit sich und nehmen Sie sich und Ihre Umwelt so an wie Sie sind.

Ganz gleich ob ein paar Kilo mehr auf der Hüfte sind, der Kuchen beim backen nicht so gut gelang oder die Beförderung in der Firma diesmal an jemanden anders ging.

Lieben Sie sich selbst, so wie Sie sind (dann können es auch die anderen 😊) und erfreuen Sie sich an allem was Sie rund um sich herum vorfinden.

In bedingungsloser Liebe zu allem was ist,

sende Ihnen herzliche Grüsse

und wünsche viel Freude beim Lesen der News.

DANKE!

Ihre Barbara Jachim

Geburtstagsgeschenk

Gestern durfte ich meinen Geburtstag zum 43. mal in diesem Leben feiern. Viele Erfahrungen in meinem Leben, viele Bereicherungen und Geschenke erhielt und erhalte ich durch Sie meine Kunden. Ob in Sitzungen, Seminaren oder Ausbildungen. In allen Begegnungen mit Ihnen.

Dafür mag ich DANKE sagen. Mit einem Geschenk von mir an Sie. Ein persönliches Geschenk von mir, mit dem was ich Ihnen schenken kann:

Einzelsitzungen vom 15.09.2014 bis 30.09.2014 zum Sonderpreis:

120 CHF anstatt ~~150 CHF~~ / **100 Euro** anstatt ~~120 Euro~~

Freie Termine zum aussuchen finden Sie hier: <http://www.barbarajachim.com/terminwunsch-kalender/>



Fernseh-Tip

Speed -

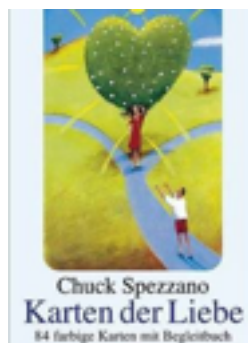
Wir sparen ständig Zeit. Trotzdem haben wir am Ende weniger davon. Warum eigentlich?

Im Takt der elektronischen Kommunikationsmittel hetzen wir von einem Termin zum anderen. Doch für die wirklich wichtigen Dinge, wie Freunde oder Familie, scheint die Zeit nicht mehr zu reichen.

Florian Opitz untersucht in seinem Doku-Film, wo die Zeit bleibt, die durch unsere moderne Technik eingespart wird.

Mi. 17.9. um 20.45 Uhr auf Einsfestival

<http://www.einsfestival.de/sendungen/sendung.jsp?ID=12936055831>



Liebes-Tip

Die Karten der Liebe von Chuck Spezzano zeigen uns unseren Weg in harmonischere Partnerschaften.

Sie zeigen uns die ursächliche Problematik, die Lösung und das Geschenk, welches wir erhalten, wenn wir den Weg gehen.

Diese Karten gibt es im Buchhandel, neu als app und hier gratis zum testen:

<http://www.pov-int.eu>

Rechts am Rand auf Karten der Liebe klicken, es öffnet sich ein extra Fenster.

Viel Freude und Erkennen damit.



Musik-Tip

India Arie ist eine Soul-Singer-Songwriterin mit einer tiefen Spiritualität, die sich auch in Ihren Songs zeigt.

Ein für mich wundervoller Song lautet: „I am Light“

Hier Auszüge aus dem Text:

„Ich bin Licht. Ich bin Licht.....Ich bin nicht die Stimme im meinem Kopf.....Ich bin Licht.....Ich bin nicht die Fehler, die ich machte.....Ich bin nicht die Farbe meiner Augen.....Ich bin nicht mein Alter.....

Das Musikvideo mit dem gesamten Text finden Sie hier:

<https://www.youtube.com/watch?v=ism8dBjxKvc>

Lassen Sie sich berühren.



Bleiben Sie in Kontakt!

Nehmen Sie immer wieder mit kleinen Gesten körperlich Kontakt mit Ihren Liebsten auf – beispielsweise wenn Sie daheim aneinander vorbeigehen, miteinander einen Spaziergang machen oder auch wenn Sie beim Essen zusammen am Tisch sitzen. Dadurch zeigen Sie Ihrem Partner, Ihrer Partnerin, dass Sie ihm/ihr nahe sein möchten und ihn/sie nicht etwa als Teil des Mobiliars betrachten. Finden Sie heraus, welche Gesten er oder sie dabei als angenehm empfindet, etwa das Streicheln des Handrückens oder des Nackens, der Arm um die Schulter oder das Ergreifen der Hand.



Schreiben hilft gegen Ängste

Sie kauen ein Problem wieder und wieder durch, bis Sie völlig unfähig sind, es zu lösen? Die Situation erscheint Ihnen so verfahren, dass Sie sich vor lauter Angst und Sorge nur noch verkriechen möchten? Schreiben Sie Ihre Ängste auf! Sobald Sie sie formulieren, verlieren sie viel von ihrer zerstörerischen Kraft. Dann entwickeln Sie zu jeder Angst ein positives Gegenbild, mit allen Details. Zu »Das Geld reicht nicht« stellen Sie sich zum Beispiel vor, wie Sie einen Zusatzjob finden, der Ihnen Fülle bringt.

NEWSLETTER

Barbara Jachim
Blümlisalpstr. 99
3627 Heimberg
Tel. +41 (0)33 535 51 59
Email: info@barbarajachim.com
www.BarbaraJachim.com