07 • 11

OBTAINER

OBTAINERONLINE.COM

W O R L D W I D E

Kolumne von **Dany Szasz**

Energie fürs Leben

Das Thema, mit dem wir uns heute ein wenig beschäftigen werden, heißt Energie. Über dieses Thema könnte man mühelos Bücher füllen; so komplex, umfangreich und vielschichtig ist es. Wir werden uns heute jedoch nur ein paar Aspekte davon gemeinsam ansehen.

Dass Energie etwas Messbares als auch Fühlbares ist, sollte mittlerweile bei jedem hartgesottenen Verstandsmenschen angekommen sein. Selbst bei denen, die nur das glauben wollen, was sie sehen und anfassen können.

Und dass Energie etwas ist, was jeder Mensch bis zu einem gewissen Grad fühlen und wahrnehmen kann, mehr oder weniger konkret, ist, glaube ich, auch bekannt. Doch selbst wenn das nicht bekannt sein sollte, so kennt doch sicher jeder den Unterschied im Gefühl, je nachdem mit welchen Menschen man zusammen ist. Nach manchen Begegnungen fühlst Du Dich gut und leicht, nach anderen ist es eher das Gegenteil.

Wir alle kennen folgende Situation: Wir betreten einen Raum und merken, dass irgendwas hier nicht stimmt, wir müssen hier wieder raus. Oder Du fühlst Dich einfach nur unwohl. Das ist die vorhandene Energie im Raum, die unserem Level entweder entspricht und dann fühlen wir nichts Besonderes - es ist eher normal - oder der Level dort ist um einiges niedriger, dann fühlen wir uns eher schlecht, schlapp und müde und wollen so schnell es geht wieder raus. Oder der Level ist höher als unserer, dann fühle wir uns gut, entspannt oder beschwingt - wenn wir es denn aushalten können. Das alles ist Energie - nur eben auf unterschiedlichen Leveln. Es kommt immer auch auf Deine Frequenz an, auf der Du schwingst.

Natürlich gibt es sehr viele Menschen, die sowas überhaupt nicht wahrnehmen und dieses „Abgestumpft-sein“ auch als Vorteil empfinden, weil sie denken, dass es diesen spirituell orientierten Menschen ja so häufig so „sensibel“ geht. Das ist aber das gleiche wie bei einem starken Raucher, dem halt nicht mehr bei jeder Zigarette schlecht wird, weil er inzwischen so abgestumpft ist, dass er nicht mehr körperlich direkt fühlt, wenn er von diesen negativen Stoffen (Energien) der Zigarette attackiert wird. Und wir wissen alle um die dramatischen Folgen davon.

Es gibt aber auch Menschen, die mit Energie arbeiten und Energie geben können als auch Menschen darin unterweisen können. Ich spreche jetzt nicht von Menschen, die meinen, irgendwo einen Kurs zu machen und es dann gleich verwenden wollen und denken, es jedem weitergeben zu können, und das wahllos. Hier ist meinen Erkenntnissen, Informationen und meinem Wissens nach sehr große Vorsicht geboten.

Ich spreche von den Menschen, bei denen es wirklich eine Berufung ist, damit zu arbeiten. Diese Energie hat eine andere Qualität. Sie hat deshalb eine andere Qualität, weil diese Menschen, bis zu einem gewissen Grad ihre eigenen Schattenanteile und Blockaden bereits transformiert haben und sich selbst, ihr Ego und ihren Verstand sehr gut auf die Seite stellen können, um ausschließlich ein sogenannter “Kanal” zu sein. Ein “Kanal” für eine konzentrierte universelle und unendliche Energie, die uns alle umgibt. Menschen, bei denen es in der Berufung liegt, damit zu arbeiten, fließt diese Energie einfach auch viel reiner durch. Und im Gegensatz zu vielen landläufigen Meinungen weiß ich, dass dies nicht für jeden bestimmt ist und auch nicht jeder es tun sollte, nur weil er einen Kurs gemacht hat oder denkt es zu können. Jeder hat eine eigene, andere Berufung, der er folgen sollte.

Ich selbst beschäftige mich mit Energien seit sehr langer Zeit, genau genommen seit knapp 14 Jahren. Und ich habe sehr viele Erfahrungen gemacht in dieser Hinsicht. Begleiten tut es mich seit meiner Kindheit, nur beachtet habe ich es damals leider nicht. Ich habe Energie bekommen von Menschen, die meinten, mit Energie arbeiten zu können und Menschen, bei denen es Berufung war. Der Unterschied war gigantisch.

Jeder Mensch kann Energie fühlen und auch weitergeben bis zu einem

gewissen Grad, doch nicht jeder kann ein reiner Kanal sein und sollte damit auch arbeiten! Die meisten Menschen, die diesen Unterschied nicht verstehen oder kennen, geben ihre eigene Energie ungefiltert weiter und übertragen einer anderen Person etwas von sich selbst mit. Das ist nicht Sinn der Sache und kann bei der empfangenden Person vorübergehend emotionale und psychische Störungen verursachen.

Etwas anderes ist es, wenn man das bei Menschen ab und an macht, die einem sehr nahe stehen, wie z.B. der eigene Lebenspartner. Der Partner berührt Dich oder massiert ein wenig den Rücken und Du fühlst Dich plötzlich besser. Er hat einen Ausgleich geschaffen und ein wenig von sich selbst Dir mit übertragen, und Dein Tief wurde somit ausgeglichen; Du fühlst Dich wieder etwas besser. Hier brauchen wir keine Angst zu haben, weil wir mit dem uns nahe stehenden Menschen ohnehin energetisch verbunden sind. Ob uns das bewusst ist oder nicht, spielt dabei keine Rolle.

Oder wenn liebe und gute Freunde das tun. Auch das ist ok. Aber lass Dir nicht wahllos von jedem fremden Menschen, den Du nicht kennst und von dem Du nicht weißt, wie lange er das schon macht, oder wie rein er ist, Energie übertragen. Achte auf Dein Gefühl dabei. Vertraust Du diesem Menschen? Frag ihn ruhig, wie lange er schon an sich selbst arbeitet und was seine Erfahrungen mit Energien sind? Wie er dazu kam etc. Etwas kritisch darf man hier ruhig auch sein.

Ich hörte schon von Menschen, die mir erzählten, ja ich habe mal die oder jene Energie bekommen, aber nichts gespürt oder ähnliches. Das lag nicht an der Energie! Das lag eventuell an der Person, die sie übertragen hat! Es ist auch so, dass man nicht unbedingt bei einer Übertragung etwas spüren muss, und nur weil man evtl. möglicherweise nichts spürt, es nicht automatisch bedeutet, dass es nicht wirkt.

Die universelle Energie ist da, immer um uns alle herum! Doch sie sucht sich die Menschen aus, die mit ihr arbeiten sollen - und nicht der Mensch - das Ich - das Ego - wählt damit zu arbeiten. Zu viele rennen rum und „meinen“, damit arbeiten zu können. Irrtum! Hier ist wirklich, wie in anderen Bereichen auch, Demut gefragt. Und wenn jemand Energie überträgt, sieh mal was er als Quelle angibt?! Wer überträgt?? Etwa er/sie? Die Person? Vorsicht!

Nun gibt es auch noch die eigene Energie, die jeder bei sich kennen sollte. Man sollte wissen, wann es die eigene Energie ist, die schwächelt und wann sind es Einflüsse, die von außen einwirken. Auch wenn diese Einflüsse ihre Berechtigung haben, solltest Du es trotzdem unterscheiden können.

Jeder hat es schon mal erlebt: Die berühmte Phase, die manchmal scheinbar ewig hält, in der einfach zu wenig Energie zur Verfügung steht. In der man wie in einem Loch ist und nicht weiß, wie man rauskommen soll. Es gibt auch hier unterschiedliche Gründe dafür.

Zum einen kann man sagen, dass wenn Du Deinem Herzen, Deiner Berufung folgst, Du meistens genug Energie zur Verfügung hast. Doch auch dann kann es Zeiten geben, in denen Du Dich überarbeitest, und Du musst sehen, dass Du die Bremse ziehst.

Ein weiterer Grund kann sein, Du durchlebst gerade eine schwierige Phase. Ich hatte zum Beispiel so eine in den letzten drei Wochen. Umzug war angesagt aus Deutschland nach Mallorca. Ich hatte sehr viele Umzüge in meinem Leben. Im Schnitt fast einmal pro Jahr. Dieser jedoch war einer der schwierigsten überhaupt. Zum einen ging es vorher darum, noch einmal alles auszumisten, was verjährt ist, dann der Umzug an sich mit der Umzugsfirma, was, (obwohl eine deutsche Firma), eine Herausforderung war. Dann war im neuen Haus nicht alles so, wie es ausgemacht wurde, was dann erst noch gemacht werden musste, bevor die Umzugsfirma ankam.

Dann wieder das Auspacken, was dann schon „fast“ leicht war im Verhältnis zu dem Stress davor. Über eine Woche lang hieß es Sachen vorzubereiten oder zu reparieren, und es war nicht einmal ein Stuhl da, um mich mal bequem hinzusetzen. Zehn Tage lang hatte ich kaum richtig und schon gar nicht genug geschlafen. Du kannst Dir sicher vorstellen, wie es mir nach dieser Zeit ging.

Diese Phasen kennt aber glaube ich jeder von uns. Wenn nicht mit einem Umzug, dann eben mit etwas Anderem: Hausbau, Aufbau eines Geschäftes etc. Ich kann mich normalerweise sehr gut selbst energetisch wieder aufladen. Das habe ich in dieser Zeit aber auch nicht getan, weil mein Level zu tief war. Normalerweise kann ich dann gute Freunde anrufen, das ging jedoch auch nicht. In solchen Situationen hilft nur durchgehen und weiter machen bis es vorbei geht, oder Du weißt, wer Dir helfen kann und gehst hin.

Doch solche Phasen sind ja eher eine Ausnahme. Normalerweise haben wir so etwas Extremes in unserem Alltag eher weniger. Da passiert es höchstens, dass wir unseren Energielevel verlieren, wenn etwas geschieht, womit wir nicht gerechnet haben. Zum Beispiel, wir telefonieren mit Menschen, wo wir ganz genau spüren, hey sie/er tut mir gerade nicht gut. Das geschieht in unserem Business doch häufiger, weil wir im Vergleich zu normalen Menschen sehr viel und vor allem sehr eng mit Menschen arbeiten und sie auch gerne ihren Frust bei uns auslassen. ;-)

„Der Partner berührt Dich oder massiert ein wenig den Rücken und Du fühlst Dich plötzlich besser."

Wenn das geschieht, dann schau, was Du tun kannst, damit es Dir schnell möglichst wieder gut geht. Viele betrachten diesen Zustand als normal. Nein, es ist nicht normal, und Du musst es auch nicht ertragen. Wenn ich merke, dass jemand zu sehr an mir saugt, unterbinde ich das einfach. Und ich achte auch selbst stark darauf, anderen Menschen möglichst keine Energie zu ziehen.

Was könntest Du selbst tun, um wieder zu Kräften zu kommen?

Mach eine kurze Pause, steh auf und beweg Dich etwas. Ich gehe dann oftmals in die Küche, bereite mir etwas zum Trinken vor, setzte mich kurz auf die Terrasse oder wenn es heftiger war, gehe ich in die Natur ein paar Momente spazieren. Mir selbst hilft auch seit vielen Jahren immer wieder das Meditieren. Das ist zwar nicht jedermanns Sache und hyperaktive Menschen, denen es sehr gut tun würde, schaffen es kaum, zehn Minuten still zu sitzen. Hier ist viel Übung angesagt.

Musik laut anmachen und ein wenig tanzen hilft mir ebenfalls (wenn Anlage vorhanden), oder Sport. Hometraining oder eben Fitnesscenter. Yoga finde ich auch sehr gut, um abzuschalten. Kommt zwar darauf an, wo und bei wem man Yoga macht, ist aber in der Regel sehr gut. Für Männer ist Thai Chi extrem gut. Das hilft ihnen im Alltag gelassen, ruhig und sehr zentriert zu bleiben. Ich habe es einige Male versucht, weil ein guter Bekannter selbst Lehrer war und es unterrichtete. Und da ich generell auf Energien stark reagiere, hat es mir zwar gefallen, jedoch ist es nicht ganz das Richtige für mich.

Den meisten im Sternzeichen Widder Geborenen zum Beispiel (die von Natur aus recht hippelig und unzentriert sind), tut joggen sehr gut und hinterher Thai Chi. Doch auch joggen ist nicht gleich joggen. Die meisten laufen drauf los, bis sie aus der Puste sind. Ich habe mal jemandem, der mir sehr nahe steht, beim Joggen beobachtet. Er wurde speziell in seinem Training zwei Jahre lang von der Armee ausgebildet. Das sind ganz andere Maßstäbe und hat mit „normalen" Joggen, wie es die meisten machen, wenig zu tun. Laufe nicht einfach drauf los, sondern schau Dir bei ehemaligen Sportlern oder Trainern an, wie und was sie empfehlen.

Wenn wir also in unserem Leben etwas aufmerksamer werden und mit der uns umgebenden Energie achtsamer umgehen, können wir viel daraus ableiten und lernen - und das besonders auch in unserem Geschäft. Wir würden oft viel früher die Bremse ziehen und nicht alles zulassen.

In diesem Sinne wünsche ich Euch viel Aufmerksamkeit!

Eure Dany

Think Green.

OBTAINER

Design for Environment -
the nature friendly digital replica of a printed paper