

Rechtzeitig zu Weihnachten:

Energiediebe loswerden und entspannt feiern!

Geht es Ihnen heuer auch so wie mir? Ich bin mir noch nicht ganz sicher, wie entspannt ich dieses Jahr Weihnachten feiern kann. Da gibt es in diesem Jahr ganz besonders viele Energiediebe ...

Ach so, bevor ich's vergesse: Was verstehe ich unter Energiedieben?

Alles und jeder/e, was/der/die Ihnen Ihre Aufmerksamkeit entzieht, ohne dass es Ihre Energiebilanz stärkt (d.h. Ihnen ein gutes Gefühl gibt), bezeichne ich als Energiedieb.

Da gibt es z.B. diese gute alte Freundin, die uns immer wieder dieselbe Leier erzählt von ihrem anstrengenden Ehemann, und dass er nicht zuhören würde und ihr zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt. Und Sie haben schon 25mal versucht, ihren Blickwinkel dahingehend zu öffnen, dass es vielleicht ganz sinnvoll sein könnte, sich auch mal für die Themen ihres Mannes zu interessieren, und nicht immer mit ihren Bedürfnissen jedes Gespräch zu Hause zu dominieren.

Oder zum Beispiel Ihr Onkel Heinz, der so wie jedes Jahr über den großen Stress und seinen mangelnden Erfolg als Unternehmer klagt. Und Sie ihn wie jedes Jahr wieder daran erinnern müssen, dass er eigentlich seit Jahren weniger arbeiten und sein Saxophon aus dem Keller holen will. „Ja, aber ich muss doch ...“

Solche Menschen, die Sie wegen hausgemachter „Nöte“ lediglich immer wieder als seelischen Müllablageplatz benutzen, sind die schlimmsten aller vermeidbaren Energiediebe.

Und dann sind da noch die täglichen Nachrichten mit unfassbar schwer verständlichen Meldungen und politischen Entscheidungen, zu einem großen Teil nicht mehr nachvollziehbar sind. Auch der große Sport gibt derzeit nicht nur Anlass zur Freude ...

Und dann gibt es natürlich auch bei mir ganz persönlich eine gewisse Unsicherheit, wie sollen wir Kurs halten? Geht es wirklich darum, jeden Tag ins Büro zu rennen, als sei nichts geschehen? Gibt's nicht vielleicht doch noch einen Sehnsuchtsort auf dieser Welt, an dem man besser aufgehoben ist, um ein glückliches und entspanntes Leben zu führen?

Allerdings bringt Grübeln oder Jammern über diese ganzen äußeren Umstände gar nichts! Wenn Sie das zulassen, werden sie zu Ihrem eigenen Energiedieb. Die meisten Dinge, über die Sie sich aufregen, haben tatsächlich nichts mit Ihnen persönlich zu tun. Es ist also immer Ihre Entscheidung, inwieweit sie zulassen, dass die Energiediebe aktiv werden können.

Entscheiden Sie also sehr genau, welchen Kontakt Sie über Weihnachten wirklich pflegen wollen. Entscheiden Sie sehr genau, ob sie wirklich abends Nachrichten anschauen müssen, die am nächsten Morgen schon überholt sind. Entscheiden Sie sehr genau, ob es genau diese

Netflix-Zombieserie sein muss, die dafür sorgt, dass Sie schlecht schlafen, und meinen, dass die Welt doch ein gefährlicher Ort ist.

Es gibt ein sehr gutes Mittel, wie Sie Begegnungen oder andere Energiediebe egalisieren können: Programmieren Sie diese Fremdenergien einfach aus!

Das mag jetzt vielleicht etwas magisch oder abenteuerlich für Sie klingen, aber was haben Sie zu verlieren? Probieren Sie einfach mal unsere Wolkenmeditation aus, mit der wir tatsächlich auch schon Stalking beendet haben.

Diese Wolkenmeditation ist eine einfache geführte Meditation, die Sie beliebig oft wiederholen können. Sie können in dieser Übung eine bestimmte Person oder auch eine Gruppe von Personen oder auch einfach Situationen visualisieren und energetisch beseitigen.

Sollte es nicht klappen, haben Sie lediglich 7 Minuten Ihrer Zeit für einen intelligenten Versuch aufgewendet.

Wenn es aber funktioniert, steht Ihnen regelmäßig gerade in Krisensituationen ein wunderbares Instrument zur Verfügung, konstruktiv den Blick auf die Situation wieder frei zu bekommen, und so friedvoller agieren zu können -- insbesondere dann, wenn sich bestimmte Energiediebstähle nicht vermeiden lassen, Stichwort Weihnachtsbesuche ...

Und wir haben es schon oft erlebt, dass sich anstrengende Situationen gerade mit unseren Energiedieben in Menschenform auf ganz magische und wunderbare Weise nach der Wolkenmeditation wie von selbst aufgelöst haben.

Frohe Weihnachten!

Ihr

Sven Thanheiser

P.S.: Zu diesem Thema lade ich Sie ein zurkostenlosen Jahresauftakt-Motivation „Befreit ins neue Jahr starten!“ live am 01.01.2023 um 16.00Uhr. Info und Anmeldung [hier](#)