

Wenn die Krise nicht aufhört

Persönliche Dienstleister. Die Humanenergetik hilft jetzt Familien in der Corona-Pandemie ganz besonders.

VON **CLAUDIA GAIDA**

Die 11-jährige Anna fühlt sich schlapp: „Ich kann heute nicht in die Schule gehen.“ Ihre besorgte Mutter Nadine ist überfragt. Sind es die Masken, die Anna stören? Oder die Selbsttests? Ist es die strikte Einhaltung der Abstände, die alles etwas verkrampft macht? Anna meint, das ist alles nicht das Problem. Aber es macht sie traurig, dass ihre Freundinnen nicht an denselben Tagen in der Schule sind wie sie. Für die Beziehung von Mutter und Tochter sind die vielen Online-Aufgaben im Homeschooling eine große Belastung. Annas Augen sind viel schlechter geworden. Keine Frage, es war vor dem Homeschooling auch schon zu viel.

Das Leben von Annas Vater Erwin hat sich in der Pandemie nicht sehr verändert. Aber er wird ernst, wenn er über die Auswirkungen der Coronakrise für seine Frau und seine Tochter spricht. Denn Nadine hat gleich zu Beginn ihren Job in der Reisebranche verloren. Und auch wenn sie sagt, sie werde nach der Krise sicher wieder Arbeit finden: Erwin weiß, dass seine Frau ihren Job geliebt hat. Er ist ratlos, wie er seine Familie in dieser Zeit aufmuntern kann.

„Ich halte das nicht mehr lange aus“, sagt Anna. Mittlerweile haben die Eltern medizinisch abklären lassen, dass es für die Abgeschlagenheit ihrer Tochter keine physischen Ursachen gibt.

Was macht die Krise mit den Menschen?

Annas Familie steht für die vielen, die sich aus der Krise nicht raussehen. Die Pandemie hat in allen gesellschaftlichen Bereichen nachhaltige Schäden verursacht, und das Ende ist noch nicht ganz absehbar. Kleine und mittlere Unternehmen schlittern in den Konkurs, selbst Traditionsbetriebe müssen ihre

Pforten schließen. Gastronomie und Tourismus liegen am Boden. Viele Menschen bangen um ihren Arbeitsplatz und damit ihre Existenz. Auch dass sich die Corona-Maßnahmen ständig ändern, verunsichert die Menschen. Es fehlt das Gefühl von Sicherheit.

Unsichere Zeiten und Angst wirken sich auf Seele und Körper aus. Die meisten Menschen empfinden eine Art Ohnmacht, weil sie sich in einer Situation befinden, auf die sie keinen Einfluss haben. Viele Menschen, vor allem jene aus Risikogruppen, vereinsamen. Nicht alle Familien können diesen Ver-

lust von Sicherheit auffangen und sind überfordert. Bei Kindern und Jugendlichen rufen diese Veränderungen und Einschränkungen unterschiedliche Gefühle hervor: Im Vergleich zur Zeit vor der Pandemie leidet heute mehr als die Hälfte aller Kinder (53 Prozent) viel bzw. etwas mehr unter Müdigkeit und Energielosigkeit. 45 Prozent berichten von Niedergeschlagenheit. Zwei von drei Kindern fühlen sich in der Einsamkeit gefangen. Ebenso viele sind jetzt gereizter als vor der Pandemie und ein knappes Drittel der Schulkinder verspürt mehr Angst.

Viele Jugendliche stellen sich derzeit die Sinnfrage. Aber auch Erwachsene fallen in eine Lethargie des Abwartens, denn vieles wird aufgeschoben oder erscheint unnötig: vom Friseurbesuch, der plötzlich so umständlich ist, weil man vorher testen muss, bis zum Wohnungsputz, weil ja doch kein Besuch mehr kommt. Während Lockdowns gibt es dann überhaupt nur noch ganz wenige dieser „sinnvollen“ Aufgaben. Die kommenden Monate und sogar Jahre werden erst zeigen, welche gravierenden Folgen die Coronakrise auf Bildung, Gesundheit, Ernährung und Wohlbefinden der Kinder hat. Es ist zu befürchten, dass sich diese schwierige Zeit tief in ihre Seelen eingraben wird. Das UN-Hilfswerk UNICEF stellte angesichts der vielfältigen Einschränkungen im medizinischen und sozialen Bereich bereits fest, dass die Zukunft einer ganzen Generation in Gefahr ist und warnt vor

Ziel der Humanenergetik ist die Wiederherstellung des Gleichgewichts

einer „verlorenen Covid-Generation“.

Wie Humanenergetiker jetzt helfen

Annas Eltern haben sich Hilfe bei den Fachleuten für Wohlbefinden geholt, den Humanenergetikerinnen und Humanenergetikern. Sie leisten wertvolle Hilfeleistung bei der Aufrechterhaltung der körperlichen und energetischen Ausgewogenheit, wenn der – jetzt so außergewöhnliche – Alltag zu belastend wird. Ob mit Aromaanwendungen, Bioresonanz, Kinesiologie, Blü-

Nähere Infos

Viele energetische Methoden können selbst während Lockdowns angeboten werden. Ihre persönliche Humanenergetikerin bzw. ihren Humanenergetiker finden Sie unter:

www.humanenergetiker.wien

Auch Kinder können mit energetischen Praktiken wirksam unterstützt werden



DORO GUZENDA, SHUTTERSTOCK



tenessenzen, Farb- oder Lichtquellen, Musik und Klangschaalen – die Humanenergetik vereint viele verschiedene traditionelle, aber auch neu entwickelte Arbeitsweisen und Methoden, die sich positiv und unterstützend auf das persönliche Gleichgewicht auswirken.

Die 11-jährige Anna hat sich für Cranio-Sacral-Anwendungen entschieden. Hier können durch die rhythmischen Bewegungen am Kopf, entlang der Wirbelsäule und am Kreuzbein energetische Blockaden oder Ungleichgewichte lokalisiert und wieder in Einklang gebracht werden. Auch die Hirn-Rückenmarks-Flüssigkeit, die das Zentralnervensystem umfließt, wird ausbalanciert. Ziel ist es, das innere und äußere Gleichgewicht wieder herzustellen, die Eigenregulierung des Körpers („Balancing“) zu aktivieren und dessen Selbstheilungskräfte zu unterstützen. Annas Mutter hat sich für

das sanfte Beklopfen der Meridiane entschieden, um ihren Stress zu reduzieren. Liegen in den Meridianen – das sind unseren Energieleitbahnen im Körper – Disharmonien vor, kann der Energiefluss des Menschen blockiert sein. Diese Energieblockaden werden durch gezieltes Auflegen der Hände und sanfte Berührungen bestimmter Punkte an den Meridianen, sowie spezieller Energiepunkte gelöst. Dadurch kann die Lebensenergie wieder harmonisiert und das körperliche, seelische und geistige Wohlbefinden gesteigert werden.

Durch die energetischen Anwendungen hat sich die Familiensituation zunehmend entspannt und Anna und ihre Eltern machen bereits wieder Pläne, wie sie ihren Garten im Frühling zum Outdoor Fitness Parcours machen können.



Mit diversen Methoden können Humanenergetikerinnen und -energetiker körperliches und seelisches Wohlbefinden günstig beeinflussen

MONIKA WISNIEWSKA, SHUTTERSTOCK