

# LEBENSENERGIE WECKT *wahre Schönheit*

Wie sich eine Sängerin mithilfe humanenergetischer Methoden von der Abwertung durch andere lösen konnte.

Vor ein paar Monaten hat sich eine neue Klientin gemeldet, erzählt die Wiener Humanenergetikerin Claudia Gaida: „In meine Praxis kam eine 40-jährige, attraktive, aber unscheinbare Frau. Sie fühlte sich unwohl in ihrem Körper und wollte das ändern.“ Während der Sitzung erzählte die Frau, dass ihre Mutter immer schon ihr Äußeres bemängelte. „Du bist so kurz geraten, Frauen sollten lange Beine haben“, gehörte da noch zu den harmloseren Sätzen. Als Gaida ihre Klientin kurz darauf zufällig im Fernsehen sah, war sie sprachlos. „Sie saß da als charismatische, bekannte österreichische Sängerin. Offensichtlich konnte sie in dieser Rolle ihre Schönheit akzeptieren und leben.“ Doch wie sollte es ihr gelingen, der Klientin zu vermitteln, dass sie mit ihrem Aussehen auch als Privatperson mehr als zufrieden sein könne? Wie sollte sie ihre innere

Schönheit wiederherstellen? „Wir haben uns für die Methode der Klopftechnik entschieden“, erzählt die Humanenergetikerin. Bei der Klopftechnik werden die Endpunkte der Meridiane, also die Energieleitbahnen im Körper, sanft beklopft, während man laut die negativen Gefühle ausspricht, bis sie nachlassen. Und diese Sätze waren bei der Sängerin nicht ohne: „Ich fühle mich hässlich. Ich fühle mich ungeliebt. Ich habe Angst, verletzt zu werden.“

## Negatives löschen, Positives stärken

Gaida und der Sängerin gelang es, die negativen Glaubenssätze aufzulösen. „Es ist aber auch wichtig, Positives zu stärken. Dabei formuliert man, was man statt der Negativgefühle will, und beklopft die gleichen Punkte, während man die guten Affirmationen laut ausspricht, bis sie die neue Wahrheit werden. Das kann sein: „Ich akzeptiere mich genauso wie ich bin. Ich liebe mich und werde geliebt. Ich bin in Sicherheit.“ Wir selbst seien die einzigen Menschen, die sich verletzen können, indem wir der Herabwürdigung durch Mitmenschen Glauben schenken, sagt die Expertin. „Es ist immer unsere Entscheidung, ob wir etwa die Demütigung der Mutter zulassen.“ Dazu gehört auch, sich von Bildern wie der Person,

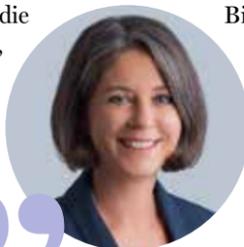
die vermeintlich immer nur das Beste will, zu lösen. „Mit der Sängerin habe ich also noch eine Runde geklopft, um die Trauer über den Verlust dieses

Bildes zu bewältigen.“ Neben der Klopftechnik gibt es aber auch noch andere humanenergetische Methoden, welche die innere Kraft und Schönheit wecken. Gaida und ihre 40-jährige Klientin haben sich zusätzlich für eine Bachblütenmischung für die innere Harmonie entschieden. „Es gibt 38 Bachblütenessenzenzen, die vom englischen Arzt Edward Bach in

den 1930er-Jahren entdeckt wurden und mit denen alle von ihm beobachteten Gemütszustände behandelt werden konnten“, erklärt die Humanenergetikerin. Die Einnahme von Bachblüten ist eine natürliche und sanfte Behandlungsmethode, die es der Klientin ermöglicht, sowohl augenblicklich negative Gefühle zu lindern als auch dauerhaft ihren Selbstwert zu erhöhen. Die Klientin hat sich u. a. für die Bachblüten „Star of Bethlehem“ (Doldiger Milchsterne) entschieden: Die Blütenessenz erleichtert ihr es, seelische Belastungen zu verarbeiten, selbst wenn sie viele Jahrzehnte zurückliegen. Dadurch können innere Blockaden abgebaut werden, wie

„Es ist unsere Entscheidung, ob wir eine Demütigung zulassen.“

Claudia Gaida



**KLANGSCHALEN.** Mit dieser schwingungsbasierten Methode werden Blockaden gelöst.



**AUSSEHEN.** Wie schön wir uns selbst finden, hat vor allem mit unserer Einstellung zu tun.

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG © Shutterstock/berneolienetz, Shutterstock/Eliaveta Galickaa, beigestellt

sie manchmal nach schweren Krankheiten entstehen. Die Lebensenergie kann wieder ungehindert fließen. Oft wird das in einem entspannteren Gesichtsausdruck und einer unverkrampfteren Körperhaltung sichtbar.

## Ausstrahlung für Job und Liebe

Blockaden lassen sich aber auch mithilfe von Klangschalen lösen. Bei dieser Methode wird jede Körperzelle von

Klangschalenwellen angeregt. Denn man kann sie nicht nur hören; vielmehr erfährt dabei der ganze Körper ein Wellen- oder Schwingungsbad. „Grundsätzlich wird eine positive Ausstrahlung stärker durch innere Ausgeglichenheit und Wohlbefinden beeinflusst, als durch kosmetische Behandlungen. Deshalb ist es vorteilhaft, regelmäßig seinen Stress abzubauen“, erklärt Claudia Gaida. Dann habe man zum Beispiel auch auf Dating-Plattformen eine angenehme, positive Ausstrahlung und könne im Job oder bei Bewerbungen ein gutes, selbstsicheres Auftreten zeigen. Und auch die Sängerin werde

jetzt auf der Straße plötzlich viel öfter erkannt, erzählt ihre Energetikerin. „Ihre Bekannten sagen, dass sie fröhlicher und ausgelassener sei. Sie sagen ihr auch, dass sie die einzige Künstlerin sei, die durch die ausbleibenden Auftritte in der Krise offensichtlich nicht schwermütig geworden ist.“

**BACHBLÜTEN.** Die verschiedenen Mischungen stellen die innere Harmonie wieder her.



Viele energetische Methoden können selbst während Lockdowns angeboten werden. Ihre persönliche Humanenergetikerin bzw. ihren Humanenergetiker finden Sie unter: [www.humanenergetiker.wien](http://www.humanenergetiker.wien)