

Spezial

Informationen rund um das Thema **Energetik** mit entgeltlichen Einschaltungen



„Viele energetische Methoden können selbst während Lockdowns angeboten werden.“

Charly Lechner, Fachgruppenobmann Persönliche Dienstleister und Berufsgruppensprecher Humanenergetiker

Gelassenheit, Entspannung und mehr Lebensenergie

Die persönlichen Dienstleister – durch Corona sind die Angebote der Humanenergetiker wichtiger denn je.

Die Pandemie hält die ganze Welt in Atem und stellt unser Leben auf den Kopf: Arbeitslosigkeit, Homeoffice, Social Distancing, Ausgangsbeschränkungen und die täglichen Berichte über weitere Tote verunsichern viele Menschen. Dazu kommen die Sorgen um die Familie, die eigene Gesundheit und die wirtschaftliche Existenz – immer mehr Klein- und Mittelbetriebe stehen vor dem Aus. Viele Ängste wie jene vor dem Konkurs sind begründet. Sie kurbeln jedoch auch das eigene Kopfkino weiter an: Was ist, wenn Angehörige schwer erkranken? Wie lange dauert die Krise noch an? Mittels Horror-szenarien beeinflussen wir uns selbst auf negative Weise.

Dauerhafte Angstzustände beeinträchtigen die Urteilsfähigkeit, erhöhen die Reizbarkeit

und verringern die allgemeine Handlungsfähigkeit. Angst schwächt unser Immunsystem. Doch gerade jetzt ist es wichtig, den Kopf frei zu bekommen. „Es geht darum, sich selbst zu spüren, bei sich zu bleiben und den äußerlichen Trubel fernzuhalten“, sagt Charly Lechner, Berufsgruppensprecher Humanenergetik in der Wirtschaftskammer Wien. Denn durch die Krise, die viel Planbarkeit genommen hat, könne man sich leicht im kollektiven Gefühlschaos verlieren. Diesen gedanklichen Overload spürt auch der Körper und es kommt zu verschiedensten Symptomen – „auch wenn unser Leben nicht direkt gefährdet ist. Deshalb gilt es, aus der eigenen Lebensenergie die innere Freiheit als das wichtigste Qualitätsmerkmal des Seins wahrzunehmen und zu nutzen sowie sich zu fragen: Wie gehst du mit deinem Leben

um?“, so Fachmann Lechner. Sein konkreter Tipp: „Finde ausreichend Auszeiten, um dich zu besinnen und zu zentrieren.“

Wider die Angst

In Krisensituationen wechseln Emotionen rasch: Mal fühlt man sich hilflos, mal dominiert die Angst oder die Wut – und zumal überkommt einen das Gefühl der Sinnlosigkeit. Zunächst einmal ist die Akzeptanz dieser unterschiedlichen Gefühle wichtig, denn Verdrängen kann bis hin zu psychosomatischen Beschwerden führen. Unsere vier Grundbedürfnisse – Sicherheit, Abwechslung, Anerkennung/Wertschätzung und Liebe/Zuneigung – werden in der Corona-Krise nicht erfüllt. Jeder einzelne Mensch braucht jetzt Beruhigung und Zuspruch. Viel Schlaf, gesunde Ernährung, ein fester Tagesablauf, Sport und die Pflege sozialer Kontakte per Telefon und Internet können stabilisierend wirken. Entspannungstechniken wie zum Beispiel Meditation helfen beim Abschalten.

Wenn diese Maßnahmen nicht ausreichen, sollte man sich an Fachkräfte wie Humanenergetiker wenden, die dabei unterstützen, Stress abzubauen. „Jetzt sind wir alle besonders gefordert, unser Leben besser zu gestalten. Wir Humanenergetiker begleiten Menschen in verschiedenen Lebenslagen, um ihr Wohlbefinden und ihre Lebensenergie zu erhalten oder zu steigern. Gerade in Zeiten wie diesen, in denen an unserer Gelassenheit, Entspannung und Bewegungsfreiheit gezerrt wird, ist es wichtig, sich aus der Abwärtsspirale zu befreien und wieder zur eigenen Mitte zu finden“, sagt Berufsgruppensprecher Lechner.

Wie die Humanenergetik hilft

Die Humanenergetik leistet eine wertvolle Hilfestellung zur Wiedererlangung der körperlichen und energetischen Ausgewogenheit in diesen außergewöhnlichen Zeiten. Ob mit Aromaanwendungen, Bioresonanz, Musik oder Klangschalen – die Humanenergetik vereint

viele verschiedene traditionelle, aber auch neu entwickelte Arbeitsweisen und Methoden, die sich positiv und unterstützend auf das Gleichgewicht auswirken. Energetische und körperliche Harmonie ist mit Hilfe der Humanenergetik möglich – egal was im „Außen“ passiert. Die Stressreduktion, die durch humanenergetische Anwendungen erfolgt, stärkt das Immunsystem. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert.

Doch wie findet man den richtigen Energetiker bzw. die richtige Energetikerin? „Bestimmt kennt jeder den Ausdruck ‚Liebe auf den ersten Blick‘ – genauso stimmig sollte auch das Gefühl vom ersten Kontakt an sein“, erläutert Charly Lechner. Alle Methoden der Humanenergetik und ihre Beschreibung findet man auf www.humanenergetiker.co.at. Die Seite bietet darüber hinaus eine Suchfunktion nach Humanenergetikern mit Gewerbeschein und Qualitätssiegel nach Standort gelistet. Bei der Wahl des Energetikers kann man also eigentlich nichts falsch machen, meint Lechner. „Jetzt

kann man nur noch einen Fehler machen – nämlich die Hilfestellungen der Humanenergetiker in dieser herausfordernden Zeit nicht in Anspruch zu nehmen!“

Da viele der energetischen Methoden von Haus aus berührungsfrei sind und ausreichend Abstand gewährleistet werden kann, können die Hilfestellungen auch in der Krise bzw. während Lockdowns angeboten werden und sind auch jetzt gut gebucht. Zu diesen Methoden gehören u.a. die Arbeit mit Klangschalen, mit Farben, Lichtquellen und Edelsteinen oder auch Bachblüten. „Aber auch Fernbehandlungen sind möglich: Wir können auch per (Video-)Telefonat Hilfestellungen geben“, schließt Lechner.

INFOS

Den richtigen Energetiker bzw. die richtige Energetikerin findet man ganz einfach mit dem Energiefinder unter https://firmen.wko.at/suche_humanenergetiker