



WERDEN, WIE MAN WIRKLICH SEIN WILL

Sich zu verwirklichen und sich vom Leben zu nehmen, was einem guttut, hat nichts mit Egoismus zu tun. Im Gegenteil: Es ist essenziell für ein selbstbestimmtes und erfülltes Leben. Die Humanenergetiker helfen dabei, seinen eigenen Weg zu finden.

Wie kann man werden, wie man wirklich sein möchte? Wie kann man sich und sein Leben neu ausrichten? Und warum ist es nicht egoistisch, wenn man sich das vom Leben nimmt, was einem guttut?

Für Michaela Lechner, Humanenergetikerin aus Steyr, ist ein erster Schritt in diese Richtung, wahrzunehmen, was in einem selbst vorgeht. Das schließt Gedanken und Gefühle mit ein – und klingt einfacher, als es oftmals ist. „Unser Leben ist von Ablenkung und Anspannung geprägt“, sagt sie. „Da bleibt dieses In-sich-Hineinhören und das Beobachten seiner Gedanken auf der Strecke. Sich bewusst Zeit zu nehmen und in die Stille zu gehen, hilft, diese innere Stimme zu erkennen.“

Das ist für Lechner allerdings der erste Schritt, um festzustellen, wie man sich gern ausrichten möchte. Dafür kann man sich mit folgenden Fragen auseinandersetzen: Was tut mir gut? Was bereitet mir Freude? „Durch diese Art des Denkens wird eine positive Kraft in uns aktiv“, erklärt die Kinesiologin. „Es ist ein wesentlicher Unterschied, ob ich mit einer positiven oder negativen Betrachtungsweise daran gehe, mein Leben auszurichten. Wie wir unseren persönlichen Nährboden aufbereiten, ist entscheidend, wie ertragreich unsere Aktivitäten sind, die wir weiterführend setzen.“

Bei ihrer kinesiologischen Arbeit schafft Michaela Lechner einen Raum der Stille. Die Klienten kommen dabei in eine tiefe Entspannung. Dadurch werden positive Erkenntnisprozesse ange-

stoßen, die nachhaltig wirken. „Sobald Menschen bewusst ist, dass sie es in der Hand haben, mit welcher inneren Haltung sie ihre Entscheidungen treffen, werden sie fortan zum Gestalter ihres Lebens“, ist Lechner überzeugt. „Wenn die Entscheidungen aus dem Herzen getroffen werden, gepaart mit Hingabe und etwas Demut, dann kann das, was daraus entsteht, für jeden nur eine Bereicherung sein.“

Die eigenen Grenzen erweitern. Auch Humanenergetikerin Viktoria Weissenböck aus Münzkirchen empfindet es als besonders wichtig, seine eigenen Grenzen zu erweitern – auch wenn man oftmals Angst davor hat. Denn: Wenn man fest an die eigenen Wünsche und Träume glaubt, könne alles gelingen. „Mut, Stärke, Kraft und Ausdauer be-



Sich bewusst Zeit zu nehmen und in die Stille zu gehen, hilft, seine innere Stimme zu erkennen.

Michaela Lechner



Meine Kraft erschafft meine Wirklichkeit. Worauf ich mich konzentriere, werde ich verwirklichen.

Viktoria Weissenböck



Man kann nur für andere da sein, wenn man körperlich und seelisch ausgeglichen ist.

Brigitte Peböck

gleiten uns dabei ständig, um sich dem Fluss des Lebens hinzugeben“, sagt die Expertin. „Manchmal im Leben muss man sich einfach trauen und loslegen.“

Leben heißt für sie, vorwärtszugehen und sich zu entwickeln. Dieser bewusste Schritt zur Veränderung führe zu neuen Abenteuern, neuen Wegen und auch zu neuen Menschen. Damit die Seele in Einklang kommen kann, ist es wichtig, die innere Mitte zu finden, schlechte Gefühle anzunehmen und dann loszulassen. Dies wiederum führt zu geistigem Wachstum.

Eine positive Einstellung zum Leben beeinflusst sowohl Gedanken als auch Handlungen. „Darum sollte man seinen Fokus darauflegen und vertrauen“, betont Weissenböck. „Meine Kraft erschafft meine Wirklichkeit. Das, worauf ich mich konzentriere, ist das, was ich verwirklichen werde.“

Sie unterstützt ihre Klienten mit Cranio Sacraler Energiearbeit, die auf sanften und ruhigen Berührungen basiert und auf körperlicher, seelischer sowie geistiger Ebene ihre Wirkung entfalten. Außerdem bietet sie Meditation für Kinder und Erwachsene sowie

Klangschalen-Anwendungen an – für alle, die sich Ruhe und Zeit schenken möchten. Klänge erleichtern und unterstützen die Konzentration, dadurch ist es sehr schnell möglich, in die Phase der Stille zu kommen.

Mit positivem Egoismus zur Selbstverwirklichung. Brigitte Peböck, Humanenergetikerin aus Waldhausen, rät zur Selbstverwirklichung mit positivem Egoismus. Denn: „Wenn man ständig tut, was andere von einem wollen, bleibt man selbst auf der Strecke und wird krank“, erklärt sie. „Man kann nur für andere da sein, wenn man körperlich und seelisch ausgeglichen ist. An sich selbst zu denken, heißt, sich mit allen seinen Bedürfnissen zu beachten.“

Sich die eigenen Wünsche zu erfüllen und auch (Kindheits-)Träume zu verwirklichen, liegt seit jeher im Wesen des Menschen. Darum ist es laut Peböck auch wichtig, keine Schuldgefühle entstehen zu lassen: Niemand ist für das Glück anderer zuständig und umgekehrt sind auch die anderen nicht für das eigene Glück verantwortlich. Um ein selbstbestimmtes, erfülltes Leben zu

führen, sind für Brigitte Peböck folgende Faktoren wesentlich:

-> Gesundheit ist das wichtigste Gut. Niemand sollte Sie besser kennen als Sie sich selbst.

-> Ein stabiler Selbstwert ist der Grundstein für ein ausgeglichenes Leben.

-> Lebenslanges Lernen – vor allem in der Persönlichkeitsentwicklung!

-> Aus vollem Herzen leben!

-> Leben im Jetzt!

-> Tun Sie nur das, was Ihnen ein Lächeln ins Gesicht zaubert!

Brigitte Peböck begleitet Menschen mithilfe der Methode der IL-DO® Körperkerze. Auf diese Weise können Blockaden gelöst und Themen aufgearbeitet werden. „Die Körperkerze reinigt energetisch, bringt Energie, fördert die innere Mitte und sollte Teil jeder Hausapotheke sein“, so die Expertin. „Bereits die erste Anwendung bringt anhand der Farbe der Kerze und der Ansatzstelle die Ursache des Problems ans Tageslicht.“

Mehr Infos: www.energetik-ooe.at



ENTGELTICHE EINSCHALTUNG