

Reinigen und das Warum

Lasse einen kurzen Moment dein Leben in inneren Bildern aufsteigen. Du musst dies gar nicht steuern. Wenn du es willst, kommen sie von selbst. Manche Bilder erfreuen dich. Und andere erschrecken dich. Manche Bilder tun dir weh. Und andere bringen dein Herz zum Lachen. Vielleicht tauchen Menschen auf, denen du begegnet bist. Einige dieser Personen vermisst du bis heute. Sie haben sich eines Tages einfach umgedreht und sind gegangen. Oder du hattest Streit mit ihnen und hast sie aus deinem Leben geworfen; oder sie dich. Einige dieser Menschen sind bis heute in deinem Leben. Manche machen dich glücklicher, manche unglücklicher. Und von manchen würdest du dir wünschen, dass sie einfach verschwinden. Aber es gibt auch die, bei denen du es nicht fassen kannst, dass ihr immer wieder aneinandergetreten. Obwohl du diese Menschen doch so gerne hast oder sogar liebst. Das können dein Mann, deine Frau, deine wunderbaren Kinder, deine Eltern oder deine beste Freundin oder dein bester Freund sein. Sie sind dir so nah, und doch tut es immer wieder weh. Ist das denn zu fassen?

Bei diesen Bildern, die vorbeiziehen, sind vielleicht auch Episoden dabei. Geschichten, die du erlebt hast. Erfahrungen nennt man das. Manchmal würde man sich wünschen, weniger Erfahrungen zu haben. Und manche Erfahrungen sind herzerreißend wunderbar. Manche Erfahrungen hängen dir heute noch nach. Du kennst die Formulierung »Jemandem etwas anhängen.« Ja, das passiert auch. Dass uns jemand etwas anhängt und wir es einfach nicht wieder aus der Welt bringen. Und es passiert leider auch, dass wir jemandem etwas anhängen. Wir sollten es nicht. Denn vielleicht wird auch er es nicht wieder los. Und wir haben es mit verursacht.

Wenn ich mit Therapeuten und Energiearbeitern spreche, höre ich ganz oft: »Die Arbeit mit all den Menschen und ihren Themen bleibt einem ja nicht in den Kleidern hängen. Das tut ja etwas mit einem. Und man holt es mit nach Hause.«

Das ist eine Aussage, die ich besonders bedauere. Denn gerade diese Menschen sind beruflich abhängig von ihrer Klarheit, ihrer professionellen Distanz und ihrer Fähigkeit, eigene Prozesse von den Prozessen des Patienten oder des Klienten zu unterscheiden. Wer möchte zudem die Probleme aus Beruf und Arbeit mit in das Privatleben nehmen und sich davon unbewusst oder unbemerkt erschöpfen lassen.

Zudem gibt es noch den ganz normalen Alltag, all die scheinbaren Kleinigkeiten, die einem leider auch selten in den Kleidern hängen bleiben.

Das kennst du sicher auch:

Einen schweren Arbeitstag erlebt, Hektik an der Kasse des Einkaufszentrums, nach Hause kommen, die Schuhe der Kinder stehen schon wieder im Hausflur, ab in die Küche, die Tragetasche mit den Einkäufen verhakt sich an der Küchentafel, reißt ein, alles liegt am Boden, der Mann kommt rein, fragt »Schatz, wo ist denn mein Fußballtrikot?« und schon ... *bumm* ... explodiert das Nervenkostüm und der ganze Druck des Tages ergießt sich in die Küche, über den Ehemann, in das Wohnzimmer, durch die Türen in die Kinderzimmer... und alles zieht den Kopf ein, ohne an dem ganzen Schlamassel beteiligt gewesen zu sein.

Wie gut wäre es, wenn du den ganzen Stau deines Tages und vielleicht sogar deines Lebens dort lassen könntest, wo er hingehört? Wie viel weniger Streit und schwierige

Situationen würdest du dann erleben müssen? Wie viel weniger Ungerechtigkeit, die du in deinem Umfeld verteilst oder aber einsteckst? Wie wäre dann die Sache mit der Einkaufstasche abgelaufen? Wäre sie überhaupt eingerissen? Wäre es im Einkaufscenter hektisch gewesen? Und wenn, hättest du es bemerkt? Wäre der Arbeitstag so belastend gewesen, dass der ganze Tag darunter leidet?

Ich sage dir: *Nein!*

Wenn du damit beginnst, die energetische Reinigung in dein Leben zu integrieren, wirst du an vielen Punkten auf dein Erleben und deine Wahrnehmung Einfluss nehmen. Du wirst zu spüren beginnen, wann es in dir rumort, und du wirst dich sehr zeitnah damit beschäftigen. Dein Blick wird auf dem Teil der Situation ruhen, den du beeinflussen und verändern kannst.

Bisher war es vielleicht so, dass du glaubtest, dein Leben wäre so, wie es ist, weil andere so sind, wie sie sind; weil andere das tun oder getan haben, was sie tun oder getan haben. Bisher hast du vielleicht geglaubt, dass alles viel besser wäre, wenn diese Anderen ihr Verhalten dir gegenüber ändern. Aber sie haben es nicht geändert. Und sie werden es auch nicht tun. Denn *du* bist der Schlüssel zu allem. *Nicht* die anderen.

Wenn du dir den Glauben daran erhältst, dass die anderen dein Erleben bestimmen, gibst du in diesem Moment deine Macht ab. Dann glaubst du, dass du lediglich eine Marionette deines Umfeldes und deiner Erfahrungen bist – wie ein Computer, der von außen eingespeiste Programme abspielt.

Jemand kommt vorbei, zickt dich an und steckt gleichzeitig einen Programmchip in dich hinein. Du hast durch diesen

Programmchip ab jetzt keine andere Wahl als ebenso zurückzuzicken. Wenig später begegnet dir deine Kollegin und weist dich auf einen Fehler hin. Und mit diesem Hinweis versenkt sie ebenfalls einen Programmchip in dir, der dich in schwächende Gefühle führt und dich denken lässt, dass du unfähig, nicht gut genug oder schwach bist – ein Gefühl, das du in dieser Situation nicht zugeben kannst und das sich deshalb bei nächster Gelegenheit in deinem ausgedehnten Tratsch über diese Kollegin ergießt.

Ist das so? Haben die Menschen um dich herum wirklich Chips, die sie in dich hineinstecken, womit sie dich mit einem Emotionsvirus infizieren, durch den du gar nicht anders kannst, als traurig, wütend, gekränkt, verletzt, enttäuscht... zu sein? Bist du wirklich ausgeliefert und kannst nichts dagegen tun?

Es wird höchste Zeit, sämtliche Fremdchips zu entfernen!