

Träume

Aussen verändern – innen bewegen

Träumen ist schön, wenn sich Träume verwirklichen, ist es wunderschön. Als Kind hat man ein ausgeprägtes Vorstellungsvermögen und kann herrlich träumen und dabei die ganze Welt vergessen. Als Erwachsener verliert man leider oft – verbildet durch Vernunft und Erfahrung – diese kreative Leichtigkeit und Gelassenheit. Gehören Sie auch zu diesen Menschen?

Autorin: Susanne Zumbühl

Jeder spürt während seines Lebens – mehr oder weniger intensiv – wenn sich Veränderungen anbahnen. Man wird innerlich unruhig eventuell sogar unzufrieden. Es braucht Zeit bis man spürt, wie man damit umgehen soll und kann. Veränderung bedeutet: etwas in Bewegung setzen, etwas anders tun als bisher. Aber Veränderung ist für viele Menschen mit Angst vor Neuem und Unsicherheit verbunden.

Vielleicht liegt es am Wort „Veränderung“: Altgewohntes aufgeben und ungewisses Neues kennen lernen. Ist es nicht besser „bewegen“ oder „erneuern“ zu sagen? Denn wir sind uns gar nicht bewusst, was das Wort „Veränderung“ in unserem Unterbewusstsein bewirkt, sobald es mit einer negativen Erfahrung behaftet ist.

Die Erneuerung

Eine Freundin war nicht mehr sehr glücklich in ihrem Beruf und ihrer damaligen Anstellung. In ihrer jugendlichen Unerfahrenheit entschied sie sich – entgegen ihrer inneren Überzeugung – für eine kaufmännische Ausbildung. Nach und nach hatte sie sich zur Fachspezialistin ausgebildet, was ihr zu einer Position im Kader verhalf. Ihre ausgeprägte Kreativität und ihre Kontaktfähigkeit konnte sie aber nicht ausleben. Sie träumte davon als Innen-

einrichterin tätig zu sein (eigentlich ihr Jugendtraum, der damals im näheren Umfeld nicht unterstützt wurde). Sie spürte plötzlich, dass sie etwas ändern musste und wollte.

Als erstes liess sie sich die Haare schneiden und kaufte sich Kleider, die farblich und stilmässig auf sie abgestimmt waren (ich habe sie dabei als Imageberaterin tatkräftig unterstützen dürfen). Ein Jahr später fing sie an sich mit dem Gedanken anzufreunden, ihre gut bezahlte Stelle zu kündigen. Sie bildete sich weiter, verbunden mit zwei Praktika in der Möbelbranche und in einem Einrichtungsgeschäft. Kurz drauf machte sie sich in der Sparte Wohn-Accessoires selbständig. Sie ist in der Zwischenzeit beruflich sehr erfolgreich. Und was ganz wichtig ist, sie hat eine wunderbare Ausstrahlung gewonnen, da sie mit sich und ihrer Tätigkeit im Einklang ist.

Eine Erneuerung macht sich meistens bemerkbar, indem man sich neue Kleider oder ein neues Auto kauft, den Wohnbereich umdekoriert oder Ordnung in seinen Sachen bringt, also eine äussere Änderung vollzieht. Die innere Erneuerung dauert etwas länger, ist intensiver und vor allem sieht man sie nicht sofort. Ausserdem braucht es eine grosse Überwindung, sich seine Unzulänglichkeiten überhaupt einzugestehen.

„Die innere Erneuerung dauert etwas länger, ist intensiver und vor allem sieht man sie nicht sofort.“

Das Aussen

Aussen lässt sich sofort etwas ändern, es ist einfacher und vor allem für die Umwelt sofort ersichtlich. Eine Beratung bei einer Imageberaterin oder einem Imageberater lohnt sich. Sie zeigt Ihnen, dass die richtigen Farben schmeicheln und ein frisches Aussehen bewirken. Es vereinfacht die Kleiderauswahl am Morgen, denn alle Kleidungsstücke sind miteinander kombinierbar. Fehlkäufe fallen weg, man benötigt grundsätzlich weniger Kleidungsstücke.

Ihr persönlicher Kleiderstil

Der persönliche Kleiderstil wird in aufgrund verschiedener Merkmale wie Gesicht, Körperbau, Grösse und Erscheinung festgelegt. Das Wissen um den Kleiderstil ermöglicht Abwechslung in Ihr Äusseres zu bringen. Kleine Makel können mit geschicktem Schnitt und Material optisch ausgeglichen werden. Denn das Aussen soll mit dem Innen authentisch sein.

Das Innen

Ich meine damit die Persönlichkeit, die Ausstrahlung, das Auftreten (Auffrischen durch einen Kniggekurs). Die Ausstrahlung kommt von innen. Und diese kann sich nur entfalten, wenn alte Muster und Verhaltensweisen verarbeitet sind. Also Schluss mit den grossen und kleinen Blockaden.

Alte Angewohnheiten loslassen, Blockaden lösen

Fürchtet man sich in eine Seilbahn zu steigen, so ist es unmöglich zu strahlen, ausser man beherrscht die Schauspielerei perfekt. Es entstehen Sorgenfalten, der Gesichtsausdruck wirkt verängstigt. Da hilft die Meridian Energie Technik (kurz MET genannt).

Bei einer Behandlung mit MET wird zwischen dem Klienten und dem Therapeuten das Thema, das belastet, mündlich herausgearbeitet. Der Klient stimmt sich gefühlsmässig in das Thema ein. Im Stehen oder Sitzen werden verschiedene Meridianpunkte beklopft und durch das Verbalisieren des Problems wird das Gedankenfeld aufgebaut. Auf diese Weise werden energetische Blockaden im Meridiansystem aufgelöst. Der Energiefluss wird harmonisiert, emotionaler Stress durch inneren Frieden ersetzt.

Die Anwendungsmöglichkeit ist sehr vielfältig. Sehr gute Erfolge erzielt man bei Ängsten (beispielsweise Verlust-, Zukunftsängste), Stress oder Burnout, Trauer, Schuldgefühlen, Migräne, Eifersucht, Schmerzen, Leistungsblockaden, Schlafstörungen oder bei Mangel an Selbstwertgefühl.



RENÉ LEZARD

Dazu die Geschichte einer älteren Frau, die ein Leben lang Menschenansammlungen aus dem Weg ging, da sie sofort in Panik geriet. Bereits nach einer MET-Behandlung bekam ich die Rückmeldung, dass sie ohne zu zögern in ein volles Tram einsteigt, wieder vermehrt an Veranstaltungen teilnimmt und so eine neue, befriedigende Lebensqualität gewinnen konnte. Somit kann das Wort „Veränderung“ einen positiven Wert gewinnen. Erneuern und Bewegen bringt uns neue Lebensfreude, andere Ansichten und vor allem mehr Zufriedenheit. ♦

Zur Autorin

Susanne Zumbühl
(Tel.: 043 817 80 66,
E-Mail: zumbuehl@
autentica.ch) ist
Geschäftsführerin
von Autentica
in Zürich.
www.autentica.ch

