



## Stehen wir mit beiden Beinen im Leben?

Ich denke, wir leben in einer Zeit, wo wir mit beiden Beinen im Leben stehen sollten. Aber tun wir das? Gibt es nicht Situationen, wo es uns „den Boden unter den Füßen“ wegzieht? Wie können wir solche Situationen meistern?

Das hat mich in diesen Monaten, die hinter uns liegen und auch noch vor uns, immer wieder einmal beschäftigt. Die Lehre von unseren Energiezentren im Körper hat mir da sehr geholfen. Laut den östlichen Lehren hat jeder Mensch sieben Energiezentren. Jedes Energiezentrum hat besondere Aufgaben. Ich bringe Ihnen heute das Wurzelenergiezentrum näher.

Gerade im untersten Energiezentrum am Ende der Wirbelsäule finden wir die Lebenskraft, die uns auf unseren Beinen stehen lässt. Wer wünscht sich das nicht?

Unsere Energie ist im Körper verteilt und verschiedene Regionen

sind für verschiedene Stärken oder Schwächen zuständig. Im untersten Energiezentrum, auch Wurzelenergiezentrum genannt, ist unser Wille stationiert. Man stampft nicht umsonst mit dem Fuß auf, wenn etwas nicht nach seinem Willen geschieht!

Hier haben wir auch unser Durchhaltevermögen. Wenn hier genug Energie ist, bleiben wir dran, auch wenn's manchmal schwer ist. Wir lernen mit Leid umzugehen und stärken unsere Antriebskraft.

Sehr interessant in diesem Zentrum ist auch, dass wir hier sehen können, ob genug Energie für eine berufliche Selbständigkeit da ist. Das war wirklich spannend bei einem Klienten, einem selbständigen Tischlermeister. Ich hab ihn mit unserer Einhandrute gemessen und ihn dann gefragt: „Sie haben sicher schon oft gezweifelt, ob die Selbständigkeit wohl richtig war?“ Er schaut mich groß an und

sagt: „Ich wollte nie selbständig werden, aber die Firma, in der ich war, ist in Konkurs gegangen und ich war 3 Jahre vor der Pension. Was sollte ich machen als mich selbständig zu machen? Hätte ich nie machen wollen!“

Hier sieht man, ob man sich ein leichtes, einfaches Leben wünscht, oder ob man einen Ansatz zum Workaholic hat. Die meisten finden es faszinierend, wenn ich nach

der Messung sagen kann: „Sie sind ein Workaholic, Sie könnten sich selbstständig machen! Hier ist die Aktivseite in der Polarität wesentlich stärker.“ Das ist aber keinesfalls wertend, denn wie alles im Leben sollte es ausgeglichen sein. Das heißt nicht, dass andere fauler sind, vielleicht haben sie ganz andere Prioritäten im Leben?

Was mich im Wurzelenergiezentrum immer besonders fasziniert, sind die Aspekte Heimweh und Fernweh. Manche bekommen den Hintern überhaupt nicht aus dem Haus, andere wiederum halten es daheim überhaupt nicht aus und sind richtige Weltenwanderer. Auch das kann man wunderbar messen.

Dieses Energiezentrum verrät ganz viel über unsere Charaktereigenschaften: Bin ich standhaft? Oder verbiege ich mich wie eine

Fahne im Wind? Stehe ich zu meinem Wort oder gebe ich immer wieder nach? Wage ich die Wahrheit zu sagen oder weiche ich immer wieder aus? Ist mir Harmonie heilig oder habe ich die Kraft meine Meinung zu sagen, auch wenn dann möglicherweise ein Konflikt droht?

Sie merken schon, liebe Leserinnen und Leser, dieses Energiezentrum passt in diese Zeit. Müssen wir nicht ständig schauen, dass wir stark sind, dass wir bei uns bleiben und uns nicht ständig andere Meinungen aufdrücken lassen? Dazu gehören auch unsere Gedanken! Wie oben so unten. Auch hier sind wir stark gefragt darüber nachzudenken, ob alles passt, was wir so hören und lesen. Die Medien wissen genau, wie schnell sie uns auf ihre Seite ziehen können. Wenn wir da nicht auf zwei festen Beinen stehen und

unseren Kopf einschalten, sind wir ganz schnell in der Manipulationsfalle und werden fremdbestimmt. Das Wurzelenergiezentrum in Verbindung mit dem Kopf hilft uns, bei uns zu bleiben, zu unterscheiden, was möchte ich, was passt zu mir und was kann ich an mir vorbeiziehen lassen.

Stärken Sie Ihr Wurzelzentrum mit viel Bewegung, mit guten Gedanken und Selbstbewusstsein.

Ich wünsche viel Energie und bleiben Sie gesund und in Bewegung!

Ihre Edeltraud Haischberger

**Edeltraud Haischberger**  
**Seminarleiterin & Buchautorin**

*Frau, stell dich auf die Füße*  
*Sag JA zum Nein*  
*Klare Grenzen setzen im Alltag!*