



Wie verwendest Du Deine Geldenergie?

Hallo meine Liebe,

im letzten Teil habe ich ja schon ein Thema bezüglich der Benutzung der Geldenergie angesprochen. Heute werden es noch ein paar mehr. Und Du wirst es Dir wahrscheinlich denken... es geht auch um das Thema „Shopping“ ☺.

Das Thema „Körper“ habe ich ja in Bezug auf deine Geldenergie schon angesprochen. Es ist sehr wichtig, dass wir unserem Körper die verbrauchten Nährstoffe (Energien) auch wieder zurückzuführen, damit wir uns kraftvoll und energiegeladen fühlen können. Dabei kommt es auch darauf an, welche Inhaltsstoffe das sind und ob sie z.B. biologisch angebaut sind oder Giftstoffe enthalten, die deinen Körper wieder mehr schwächen würden, als sie ihm Kraft geben. Ich denke, Du hast Dich sicher schon einmal selbst mit diesem Thema beschäftigt und merkst auch selbst, wenn Du etwas „Ungesundes“ isst, wie es Dir dann geht im Gegensatz dazu, wenn Du etwas Gesundes isst oder trinkst. Aber ich will hier auf gar keinen Fall ein Moralapostel sein. Ab und zu mal was Ungesundes ist ok, wenn es für Dich ok ist. Ich meine an dieser Stelle eher die Regelmäßigkeit, mit der ich etwas zu mir nehme.

Also... Du hast also Lebensenergie ausgegeben und bekommst Geldenergie dafür zurück. Wie gehst Du nun mit dem Tausch um? Ist Dir immer noch bewusst, dass Du Lebensenergie ausgegeben hast? Oder siehst Du nur das Geld und versuchst damit einen unterbewussten Mangel auszugleichen?

Gibst Du das Geld hauptsächlich für Dinge aus, die Dir VIEL ENERGIE zurückgeben oder für Dinge, die Dir nur KURZFRISTIG Energie zurückgeben? Hast Du Dir darüber schon einmal Gedanken gemacht? Wenn nicht, dann wird es höchste Zeit das einmal für Dich zu überprüfen. Denn wenn Du das Geld dazu benutzt Dinge zu kaufen, die Dich kurzfristig mit Energie versorgen, dann bist Du ganz schnell wieder im Minus, oder?

Was sind denn Dinge für Dich, die Dir nur kurzfristig Energie geben und was sind Dinge für Dich, die Dir langfristige Energie geben? Also ich kann bei diesem Thema nur von mir selbst sprechen, denn das ist wirklich für jeden Menschen unterschiedlich. Deswegen erzähle ich Dir jetzt ein bisschen von meinen Dingen und wie sie sich bei mir auswirken und bei der Aufgabenseite geht es dann komplett um Dich und Du kannst für Dich herausfinden, was Dir hilft, Dich besser zu fühlen und was einen guten Ausgleich herstellen kann.

Also bei mir ist das so... fangen wir mal an mit Dingen, die mir nur kurzfristig Energie geben und mich nachher sogar schlecht fühlen lassen. Das sind z.B. all solche Dinge, die unter die Überschrift „Naschis“ passen ☺. Egal ob Chips oder Schokolade, ich vertrag es einfach nicht und trotzdem ist es über Jahre immer noch als Ersatz für Belohnung in mir gespeichert (ich arbeite dran ☺). D.h. wenn ich Lebensenergie ausgegeben habe, dafür Geldenergie erhalten habe und mir dann Naschis besorge und das Zeug auch noch esse, dann geht es mir definitiv schlechter als vorher und ich habe Nichts gewonnen. Es ist selten geworden, aber manchmal überfallen mich dann noch die alten Gelüste. Besser ist es, wenn ich meinem Körper etwas Gutes tue, z.B. mit meinem Lieblingssalat, den ich mir z.B. oft nach einem anstrengenden Coaching geleistet habe. Er nennt sich „Vitamino Salat“ und ist mit Hühnerbrust und Obst im Salat. Seeeehr lecker und das tut wirklich gut.

Aber was gibt es noch, was man mit der Geldenergie anfangen könnte? Also mir fällt da noch Massage ein ☺. Oh, wie toll. Danach fühle ich mich wunderbar gestärkt und geliebt. Ein tolles Gefühl. Oder für alle Muttis... da denke ich an „Zeit für mich selbst“, z.B. durch eine Haushaltshilfe oder einen Babysitter, die ich engagieren kann, um mal wieder etwas Zeit für mich zu haben und mich zu entspannen. Es gibt Urlaube und natürlich auch Coachings oder tolle Bücher, für die ich meine Geldenergie ausbebe, um mich zu erholen oder weiterzubilden und mich durch neue Erkenntnisse noch besser zu fühlen.

Auf Klamotten shoppen steh ich zum Glück nicht so doll. Mich nervt das ständige An- und Ausziehen und das üble Licht in den Umkleidekabinen. ☺ Da hab ich wohl Glück gehabt.

Aber nichts desto trotz hoffe ich, dass ich Dich heute ein bisschen dazu anleiten konnte, einmal genauer hinzusehen, was Du als Tausch für Deine Lebensenergie wieder rein holst. Nun los zu Deinen Aufgaben. Ich wünsche Dir viel Spaß dabei und viele gute Erkenntnisse.

Yvonne ☺

Energie geht und Energie kommt. Du entscheidest wie und wie viel durch Deine Auswahl.