



*Ich bin jetzt, ich bin hier.
Meine Kraft behalte ich mir.*



Energievampire meiden, glücklich bleiben!
www.michaelrepkowsky.com

Inhaltsverzeichnis:

Vorwort	1
Kümmern Sie sich um Ihre Gesundheit!	6
Lehnen Sie Kaufhausangebote ab!	10
Erkennen Sie den Nutzen und seien Sie anders!	13
Machen Sie es besser. Lassen Sie Taten sprechen!	17
Bestimmen Sie Ihren persönlichen Kraftpunkt!	19
Werden Sie ein Strahl!	23
Der kleine Dolmetscher im Kopf	26
Die Zuckerl-Taktik!	29
Entwickeln Sie ein gesundes Ego - Machen Sie, was Sie wollen!	37
Lachen Sie sich selbst aus!	47
Entlarven Sie Ihr Drama!	51
Ihr schlagfertiger Schutzschild!	54
Wertfrei annehmen	59
Selbstliebe	64
Führen Sie ein Selbstgespräch!	68
Seien Sie hilfsbereit und rücksichtsvoll!	69
Umgeben Sie sich mit Menschen, die Ihnen den Spiegel vorhalten!	70

Verstehen Sie den Unterschied zwischen Wahrheit und Meinung!	75
Schuldgefühle loslassen	78
Weiterentwicklung	82
Statt Nein's ab sofort Ja's sammeln!	84
Der Fernseher als einer der mächtigsten Energievampire überhaupt	89
Identifizierung loslassen	93
Overthinking – Energievampiren keine Kontrolle schenken!	96
Warum zu viel nachdenken Ihnen Kraft raubt und Sie schwach macht.	98
Leben Sie im Moment und bewerten Sie nicht!	100
Lassen Sie Ihre Wut raus!	102
Finden Sie den eigenen Zugang zu Ihrer Wut und akzeptieren Sie diese!	105
Wie lasse ich die Wut aus meinem Körper heraus, wenn die Analyse nichts hilft?	106
Der Weg von der Wut hin zur Selbsterkenntnis	108
Denken Sie positiv statt optimistisch!	111
Eigene Gedankenwelt umprogrammieren	116

Den negativen Glaubenssatz hinterfragen & umschreiben

117

- Hinterfragen Sie Ihr Weltbild regelmäßig 119
- Finden Sie die Wurzel (Fragen Sie sich warum!) 121
- Das Problem mit den Eltern 123

Hemmende Denkweisen erkennen & knallhart umprogrammieren 125

- Machen Sie sich bewusst, dass all Ihre, in der Vergangenheit geprägten Glaubenssätze nichts mit dem Jetzt zu tun haben müssen! 126

Seien Sie dankbar für das Jetzt! 127

In diesem Zustand neue Glaubenssätze implementieren 128

Unempfänglich für das, was andere über Sie denken 131

- Sie sind genug! 133
- Die Straße der Selbstzweifel 136
- Höher, weiter, schneller. 139
- Die Sterbebett-Frage 140
- Die Natur als Energie-Tankstelle 142

Danksagung 145



Vorwort

Mein Name lautet Michael Repkowsky, ich empfinde mich selbst als lebensfroh, grundglücklich, empathisch und friedvoll. Es ist klarerweise immer ein bisschen seltsam, sich selbst zu beschreiben, aber ich denke, dass ich richtig liege, wenn ich erzähle, dass ich ein liebevoller Mensch bin, der es verstanden hat, den Augenblick und das Leben an sich zu schätzen. Ich versuche, meinen Fokus auf das Gute zu richten und konzentriere mich auf die Seiten des Lebens, die mich in jeglicher Weise weiter voranbringen. Ich bin davon überzeugt, dass ich in erster Linie nur mich selbst verändern kann und somit in weiterer Folge auf alles andere Einfluss ausübe. Ich ernähre mich bewusst, bin sportlich unterwegs, denke positiv und laufe als philosophierender Optimist durch diese spannende Welt. Als Freigeist konzentriere ich mich auf das Positive, scheue das Negative jedoch nicht, sondern „genieße“, beobachte und nehme es beinhart an. Ich bin ein wahrheitssuchender, oft ENTtäuschter, alles hinterfragender, sich selbst nicht so ernstnehmender und von manchen nicht selten „komisch“ wahrgenommener und auch „komisch“ genannter Typ. Soweit ich mich zurück erinnern kann, hatte ich schon immer ein Problem mit vorgegebenen Normen. Das Wort „normal“ ließ stets meine innere Alarmglocke losheulen. Ich fiel durch meine unkonventionelle Art zu denken sehr früh auf und wurde wegen meinen Ansätzen immer wieder als „der Ärgste“ betitelt. Warum ich Ihnen das gleich zu Anfang erzähle, hat natürlich einen Grund, und zwar Folgenden: Wenn Sie bereit sind, Anregungen zu erfahren, die Sie dabei unterstützen können, Ihre Lebensenergie aufrecht zu erhalten und sich erfolgreich gegen Energievampire



durchsetzen möchten, sollten Sie bereit sein, auch unkonventionell zu handeln und zu denken! Legen Sie dieses Buch am besten sofort wieder weg oder schenken Sie es weiter, wenn Sie nicht bereit sind, ungewöhnliche Haltungen einzunehmen. Das klingt im ersten Moment vermutlich heftig, dabei geht es hier tatsächlich um relativ harmlose, aber dennoch sehr effektive Methoden und Ideen, die Ihnen helfen können, riesige Fortschritte im erfolgreichen Umgang mit Energievampiren zu machen. In den allermeisten Fällen müssen Sie aktiv kaum mehr tun, als Ihre Denkweise, Ihr sogenanntes Mindset, zu verändern. Es ist oft nur der Blickwinkel, der über unsere Emotionen während einer Begegnung mit einem Energievampir entscheidet. Gepaart mit einer handvoll praktischen Methoden und Anregungen können Sie sich bildlich einen dermaßen effektiven Schutzschild erschaffen, dass Sie schon bald rückblickend kaum glauben können, mal ohne all dieses Verständnis gelebt zu haben. Ich selbst habe Jahre lang gebraucht, um zu verstehen, dass es Energievampire gibt. Als ich erkannt habe, dass es tatsächlich Menschen gibt, die mir meine Energie, meine Kraft rauben, dauerte es nochmal eine Weile, bis ich in der Lage war, es zu akzeptieren. Sobald ich vollkommen akzeptiert habe, dass es Energievampire gibt, also Menschen, die mich geistig und damit einhergehend körperlich schwächen, fing ich an, mich zu schützen. Heute, einige harte Jahre später, habe ich es geschafft, mich aus einem Feld voller negativen Glaubenssätzen zu entfernen. Ein Feld, das mit all seinen Dogmen zwar fest zu sein scheint, aber sich in Wirklichkeit wie Treibsand verhält, der einen skrupellos runterzieht. Um den Treibsand als solchen zu erkennen, musste ich quasi bis zum Mund versinken. Sehr spät, aber doch noch rechtzeitig, habe ich erkannt, mich fokussiert aufgerappelt und mit aller



Kraft gehandelt. In diesem Buch möchte ich mein wertvolles Wissen weitergeben. Es soll Ihnen dabei helfen, Energievampire zu erkennen und dafür sorgen, dass Sie einerseits besser mit ihnen umgehen können und andererseits ein Bewusstsein erlangen, welches Sie automatisch in eine Schwingung bringt, die für lästigste Energievampire kaum noch erreichbar ist! Dahin zu gelangen war für mich ein sehr harter Weg, der Ihnen, durch das Lesen dieses Buches, erspart bleiben soll. Selbst, wenn dieses Buch Ihnen nur die eine oder andere Abkürzung aufweist, bin ich glücklich. Ich habe damals keine Abkürzungen erkannt, bin in einem schwarzseherischen Umfeld zwischen kleinherzigen Pessimisten und Selbstbetrügern groß geworden und musste den kompletten Ausweg mühevoll aus einem Labyrinth finden.

Laut meiner Geburtsurkunde kam ich im Jahr 1989 zur Welt und nach den ersten 23 Lebensjahren gelang es mir endgültig, aus einem um mich gebauten Gedankenkäfig auszubrechen. Bis dahin hatte ich aufgrund der negativen Lebenseinstellung, der Menschen die mich umgaben, ständig das Gefühl von einem drückenden Nebel, der mich in der Entwicklung meines Bewusstseins hemmt, begleitet zu werden. Ich fühlte mich oft antriebslos, schwach und müde. Ich war zwar von Natur aus immer lebensfroh und lachte sehr viel, aber da sich in meiner Reichweite fast ausschließlich Energievampire rumgetrieben haben, schien es mir lange Zeit unmöglich, den nötigen Schritt in Richtung Selbstverwirklichung zu machen. Ich war sozusagen zu allem bereit, jedoch zu nichts im Stande. Von hundert Leuten, die ich getroffen habe, waren vielleicht gerade mal zwei davon positiv denkend, naturfröhlich, wohlwollend und visionär gestimmt. Der Rest hat sich in der elenden



Opferrolle verfangen, versank häufig im Selbstmitleid und versuchte es auch, Mitmenschen schwer zu machen, etwas Produktives zu schaffen. Klar, jeder hat sein Packerl zu tragen und der, der es uns am schwierigsten macht, ihn zu lieben, braucht unsere Liebe am allermeisten. Grundsätzlich wollen Menschen Liebe und Freude leben, aber wichtig ist es zu verstehen, dass wir uns selbst schützen sollten, indem wir gewissenhaft Grenzen ziehen. Viele Menschen sprühen vor Liebe und geben alles, um ihre Begegnungen glücklich zu machen. Dabei vergessen sie häufig das Wichtigste, nämlich sich selbst bzw. ihre eigene Lebensenergie!

Einige wehren sich gegen ihre innere Stimme, die nach Selbstliebe schreit und dahin lechzt, aus Angst als ignorant zu gelten. Dabei steht nicht zwingend die Angst vom Urteil der Gesellschaft, sondern vielmehr das eigene Urteil vehement im Weg. Es ist das eigene, verzerrte Selbstbild, welches zur Unterdrückung des ursprünglichen Strebens nach Freude führt. Viele fühlen sich schuldig, wenn sie sich selbst etwas Gutes tun. Ich kann davon aus erster Hand berichten, habe all das mit sehr viel Mühe und starkem Fokus hinter mich gebracht. Heute sieht mein Leben nämlich komplett anders aus. Genau das Gegenteil beschreibt meinen Alltag. Mir begegnen kaum noch Energievampire, die so einen enorm starken Einfluss auf mich haben könnten wie damals. Mein Umfeld besteht zum merklichen Großteil aus großherzigen, großdenkenden, gönnenden, empathischen, lebenslustigen Machern. Menschen, die viel lachen, das Leben mit allen Höhen und Tiefen annehmen und genießen, Menschen, die die Kraft der Gegenwart bewusst spüren und nutzen, umgeben mich heute. Ein tolles Gefühl! Nun, was ist genau passiert? Wie kam es dazu, dass sich mein Leben so erfolgreich gewandelt hat? Wie kommt ein derartig



radikaler Wandel zustande? Auf diese Fragen könnte ich detailreich, ausschweifend antworten. In Wirklichkeit reduziere ich meine Antwort auf die folgenden vier Wörter: Ich habe mich entschieden.

***“Ein Wunsch verändert gar nichts,
ein Entschluss hingegen alles!”***

Dieses Buch ist ein tiefer Einblick in meine Trickkiste und soll Sie dabei unterstützen, den nötigen Schwung zu erlangen, um eine friedvolle, kohärente Bewusstseinsebene zu erfahren. Aus tiefstem Herzen wünsche ich Ihnen viel Erfolg und vor allem sehr viel Freude und Spaß beim Lesen und Anwenden dieses Buches.

Kümmern Sie sich um Ihre Gesundheit!

Viele Menschen haben den stetigen Verlust ihrer Vitalität, ihrer geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit ohne zu hinterfragen hingenommen und blind akzeptiert. Dass sie oft müde sind und der Stoffwechsel immer mehr nachlässt, scheint sie nicht zu begeistern. Sie leben eben damit, wobei leben schon fast einen ironischen Klang anmuten lässt. Ich habe einige Menschen getroffen, die sich mit allen möglichen Mitteln fit, oder besser ausgedrückt, gerade noch über Wasser halten, um den anstrengenden Tag einigermaßen zu überstehen. Tassenweise koffeinhaltiger Kaffee und überzuckerte Energiedrinks den ganzen Tag über verteilt gehören für viele Menschen zum ganz normalen Alltag. Dass das nicht ganz gesund und schon gar nicht die Lösung sein kann, erklärt sich hier hoffentlich von selbst. Alleine der Mangel einzelner Vitamine und Mineralstoffe, die unser Körper braucht, um die volle körperliche und mentale Leistung für jede Situation aufzubringen, kann dazu führen, dass man sich allgemein geschwächt fühlt und insgesamt keine Power mehr hat. Der nötige Schwung, um in den richtigen Gang zu kommen, fehlt dann nicht selten. Hinzu kommt, dass einige Vitamine und Mineralstoffe vor allem dafür sorgen, dass unser Nervensystem gesund funktioniert. Aber was hat das eigentlich mit den Energievampiren zu tun? Die Antwort ist simpel. Wenn Sie Ihren Körper mit allen wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen versorgen, sind Sie spürbar weniger anfällig für Energievampire! Wenn Sie gut versorgt

sind, wenn Sie Ihren Körper ganz bewusst, mit dem, wonach er bittet, volltanken, gehen Ihnen Energievampire nicht mehr so leicht auf die Nerven! Sie bringen Sie nicht mehr so ruckartig aus der Ruhe, weil Ihr Nervenkostüm spürbar robuster und um ein Vielfaches kraftvoller ist.

Um es mit einem kurzen Vergleich deutlicher zu machen: Erinnern Sie sich an das zickige Verhalten vieler Menschen, wenn sie großen Hunger haben. Vielleicht gehören Sie selbst zu diesen Menschen und wissen daher ganz genau, dass Sie in solchen Momenten auch relativ banale Situationen oder sogar recht harmlose Kommentare in Ihre Richtung stressen, provozieren oder verärgern können. Genauso verhält es sich mit den wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen. Wenn Ihr Körper Hunger nach Vitaminen und Mineralstoffen hat und ein Mangel unweit ist, reagiert er zickig! Wenn Sie Ihrem Körper nicht genügend Energie in Form von Vitaminen und Mineralstoffen zuführen, dann haben Energievampire den Jackpot mit Ihnen geknackt! Sorgen Sie dafür, dass Sie keine leichte Beute für Energievampire sind! Hier eine minimale Auflistung der Vitamine und Mineralstoffe usw., die eine große Rolle in unserem Körper spielen und Sie sowohl körperlich, als auch geistig enorm festigen können! Auf den nächsten Seiten ein grober Einblick.



B-Vitamine

Verschiedene B-Vitamine sorgen zusammen für einen leistungsstarken Stoffwechsel, tragen zur normalen Blutbildung bei, nehmen Einfluss auf Kohlenhydrate- und Eiweißverstoffwechslungen und steigern sowohl die Konzentration als auch die Merkfähigkeit. Bei der Regelung von den Stresshormonen Adrenalin und Noradrenalin sind B-Vitamine ebenso beteiligt. Insgesamt sind B-Vitamine wichtig für das Nervensystem und unterstützend beim Erhalt der kognitiven Leistungsfähigkeit.

Vitamin D3

Wenn es um die Regulierung des Kalcium-Spiegels geht, ist Vitamin D ein wesentlicher Faktor. Am bekanntesten ist Vitamin D für seine knochenstärkende Wirkung. Es hemmt den Knochenabbau, beteiligt sich maßgeblich am Kalciumeinbau in die Knochen, treibt die Aufnahme von Kalcium aus dem Darm an und stärkt das Immunsystem insgesamt. Bei längerer Einnahme von Vitamin D3 ist zu beachten, dass die zusätzliche Zufuhr von Vitamin K2 wichtig ist, da diese Kombination ein optimales Team darstellt.

Omega-3-Fettsäuren

Omega-3-Fettsäuren haben einen positiven Einfluss auf Blutfettwerte, senken einen zu hohen Blutdruckwert, fördern die Durchblutung und haben einen positiven Effekt auf die Sehkraft. Neben der Sehkraft fördern Omega-3-Fettsäuren auch die Gehirnleistung. Einfluss auf eine

gesunde Herzfrequenz und entzündungshemmende Wirkung werden Omega-3-Fettsäuren ebenfalls nachgesagt.

Jod und Selen

Jod und Selen spielen eine wichtige Rolle, wenn es um die gesunde Funktion der Schilddrüse geht. Die Schilddrüse steuert Körperfunktionen wie die Muskelaktivität, den Stoffwechsel, das generelle Wachstum und das Nervensystem. Auch die körperliche und geistige Entwicklung wird unter anderem von der Schilddrüse gesteuert. Insgesamt hat die Schilddrüse einen enormen Einfluss auf den Energiehaushalt und ist zuständig für verschiedenste Hormone im Körper.

Vitamin C

Vitamin C ist aktiv an der Wundheilung beteiligt und hat einen positiven Einfluss auf den Haushalt der Stresshormone. Es sorgt für eine gute Durchblutung, stärkt die Leistungsfähigkeit und trägt zu einer gesunden Immunfunktion bei.

Wie erwähnt, ist das nur eine sehr grobe Einsicht. Durch intensive Eigenrecherche und viele persönliche Gespräche mit Ärzten und Beratern, habe ich mein Wissen über meine eigene Gesundheit erweitert. Verstehen Sie dieses Kapitel als Anstoß zur Eigenrecherche. Ich möchte Sie einladen, Ihren eigenen Körper besser kennen und verstehen zu lernen. Da ich selbst über keine medizinische Ausbildung verfüge, berichte ich nur aus eigener Erfahrung und lege Ihnen nahe, sich von einem kompetenten Arzt oder einem professionellen Berater unterstützen zu lassen.

Lehnen Sie Kaufhausangebote ab!

Betrachten Sie das Leben, sobald Sie ihr Zuhause verlassen wie ein riesiges Kaufhaus. In einem Kaufhaus werden Sie pausenlos mit Angeboten konfrontiert. Einige davon nehmen Sie bewusst wahr, die meisten nur peripher oder sogar völlig unterbewusst. Bei all den modernen Marketing-Tricks greifen Sie höchstwahrscheinlich nicht selten zu Produkten, die gar nicht auf Ihrem Einkaufszettel geschrieben stehen. Der Einkaufswagen wird somit mit jeder Minute schwerer und aufgrund der vielen Menschen, deren hektischen Energien gnadenlos auf Ihren Gemütszustand einwirken, wird der Weg zur Kassa immer mühsamer. Auf dem Heimweg schwindet die dem Kaufrausch geschuldete Euphorie Schritt für Schritt, und Sie ärgern sich allmählich über den hohen Geldbetrag, den Sie eben bezahlt haben. Zu Hause angekommen, sitzen Sie nun angeschlagen da und fragen sich, wie es eben so weit kommen konnte, dass Sie viel mehr gekauft haben, als Sie sich vorgenommen hatten. Wie konnte das passieren? Neben der traurigen Tatsache, dass Sie nun weniger Geld für den Rest des Monats übrig haben, fühlen Sie sich wahrscheinlich geschlaucht und antriebslos. Sie haben nicht nur viel Geld ausgegeben, sondern haben vor allem kaum etwas dafür bekommen. Gegen solche unbewussten Einkäufe können Sie nur eines tun. Bewusster werden! Die reizvollen Angebotsschilder, die unterschwelligen Aufrufe aus dem ununterbrochen laufenden Supermarktradio, die gezielten Farben in den jeweiligen Abteilungen und die zum Kauf

anregenden Gerüche werden Sie nicht verhindern oder verschwinden lassen können. Vergessen Sie das. Anstatt die Welt im Außen zu ändern, ändern Sie lieber Ihren ganz persönlichen Umgang mit den Umständen!

Beginnen Sie, sich beim nächsten Einkauf selbst zu beobachten. Wenn Sie zu einem Produkt greifen, das Sie in Wirklichkeit gar nicht brauchen, versuchen Sie unmittelbar herauszufinden, was Sie momentan dazu bewegt hat, gerade dieses Produkt zu wählen. Anfangs kann das ungewöhnlich sein, mit der Zeit werden Sie jedoch bemerken, worauf Sie genau achten müssen, um Ihren Geldbeutel zu schonen, und im Endeffekt werden Sie sich genau das nehmen, was Sie persönlich möchten. In relativ kurzer Zeit können Sie da zum Profi werden und im besten Fall bereitet Ihnen das Einkaufen mit klarem Blick sogar viel Spaß. Dieser klare Blick ist wertvoll! Er ist so wertvoll, weil Sie damit ein großes Stück Entscheidungskraft für sich gewinnen. Wenden Sie Ihn ganz bewusst im Alltag an! Betrachten Sie das Leben folglich als riesiges Kaufhaus! Im alltäglichen Leben werden Ihnen genauso Angebote gemacht, die Sie annehmen oder ablehnen können. Hier bezahlen Sie jedoch nicht mit Bargeld, sondern mit Ihrer eigenen, individuellen Energie! Werden Sie sich bewusst, dass Ihnen im Alltag überall Energie entzogen werden kann, wenn Sie nicht genau darauf achten. Da Sie Ihr Leben als Kaufhaus betrachten, kann Ihnen überall Energie entzogen werden. An jeder Ecke lauert ein verlockendes Angebot. Das kann eine unerwartete Verspätung eines Busses sein, ein Gespräch zwischen zwei laut diskutierenden Menschen neben Ihnen, ein Werbeplakat einer politischen Partei, die Sie nicht mögen, oder zum Beispiel der Geruch eines bestimmten

Parfums, welches ihr nerviger Ex-Partner ständig benutzte, sein. Die Liste könnte endlos weiter gehen. Betrachten Sie all das als Angebote und begegnen Sie all diesen mit dem im Kaufhaus erworbenen glasklaren Blick! Das Schöne an solchen Angeboten ist, dass Sie diese nicht annehmen müssen. Es steht Ihnen vollkommen frei. Genau wie im Supermarkt soll das Ziel nicht darin bestehen, diese Angebote verschwinden zu lassen. Im Gegenteil! Auch hier sollten Sie akzeptieren, dass es sie gibt. Beobachten Sie hier ganz genau, welche Gedankengänge entstehen, sobald Sie sich einem Angebot zuwenden. Wenn Ihnen dann auffällt, dass Sie kurz davor sind, sich zum Beispiel über den Geruch eines Parfums zu ärgern, dann lehnen Sie das Angebot ab. Lehnen Sie es einfach ab. Stellen Sie sich in so einem Moment geistig kurz vor, wie so eine typische Verkäuferin zu Ihnen folgenden Satz spricht: „Hallo, ich biete Ihnen nun an, sich über den Geruch des Parfums zu ärgern und das für unschlagbare 1000 Energiepunkte!“ So wird Ihnen das Angebot verdeutlicht und Ihnen fällt auf, wie absurd es wäre, es in Anspruch zu nehmen. So wie das unnötige Produkt im Supermarkt, welches Ihnen nur Geld kostet, das Sie eigentlich für etwas anderes brauchen – lehnen Sie also auch hier beinhart ab! Denn hier ist das Zahlungsmittel nicht das Bargeld, sondern Ihre wertvolle Energie! Wenn Sie das Angebot bewusst ablehnen, bleibt Ihnen mehr Energie für die wichtigen Dinge, die Sie sich vorgenommen haben.

Erkennen Sie den Nutzen und seien Sie anders!

So mühsam das Verhalten von zerrenden Energievampiren auch sein kann, hat es auf jeden Fall, wie alles im Leben, auch etwas Gutes, von dem Sie profitieren können. Ein Energievampir zeigt Ihnen mit seinem Verhalten vor allem Eines: Er zeigt Ihnen, wie Sie nicht sein wollen. Mir hat noch keine einzige Person erzählt, dass sie das Verhalten von einem Energievampir so gerne übernehmen würde. Genau das Gegenteil war immer der Fall. Ein Energievampir veranschaulicht uns mit seinem Schauspiel, das oft einem dramatischen Theaterstück gleicht, wie wir nicht sein möchten. Meist getrieben von tiefem Pessimismus und trübem, verschleiertem Lebensblick, kreuzen sie unseren Weg und versprühen dabei ihren mutlosen, kleinherzigen Geisteszustand. Jämmerlich und schwarzseherisch schleifen sie sich von der einen Krise in die nächste, erschaffen sich selbst ein Weltbild voller Horrorgedanken und haben dabei jede Hoffnung auf ein schönes, glückliches Leben verloren. Alles und jeder ist grundsätzlich erstmal als schlecht anzusehen und würde das Glück bei der Tür klopfen, würde sich der Energievampir über den Lärm des Klopfens beklagen, anstatt die Tür zu öffnen. Grundlegend gibt es zwei Motive, die unser aktives Handeln bestimmen. Liebe und Angst. Ein Energievampir handelt aus purer Angst. Angst vor Veränderung, Angst vor dem Versagen, Angst vor Minderwertigkeit, Angst vor Ablehnung, Angst vor Herausforderungen usw. Die Liste der Ängste könnte ein ganzes Buch füllen. Nun sei gesagt,

dass hier nicht Menschen gemeint sind, die tatsächlich so krank sind, dass sie eine Behandlung oder professionelle Therapie brauchen. Hier geht es um Energievampire, die ganz genau wissen, dass es zwei Seiten der Medaille gibt. Es geht hierbei um die Energievampire, die sich bewusst, gezielt und mit voller Absicht auf Sie stürzen, um Ihnen Ihre individuelle Energie zu rauben. Das Beste, was einem Energievampir passieren kann, ist, dass Sie sich am Ende genauso schlecht oder sogar noch schlechter fühlen als er selbst. Wenn er Sie überzeugt hat, dass die Welt dieses Jahr tatsächlich untergeht und Sie ab sofort in purer Angst leben, hat er Sie bereits für seine Spielchen gewonnen. Wenn er Sie von der Bösartigkeit der Gesellschaft überzeugt und somit auf seine tiefe Frequenz gezogen hat, übernimmt er die Fäden. Reinen Erfolg macht ein Energievampir an Ihrer angstvollen Ausstrahlung fest.

Ihre Unsicherheit gibt dem Energievampir das Gefühl von Sicherheit. Ihre Angst gibt dem Energievampir das Gefühl von Macht und Kontrolle. Energievampire sind abgestumpfte Kleingeister, die alles daran setzen, Ihnen Ihre Kraft zu rauben. Ihre individuelle Lebenskraft ist Ihr wertvollstes Gut und schon das geringste Abzapfen davon kann einen Energievampir darin bestärken, sein verzerrtes Bild von der Welt zu festigen. Ich könnte noch viel tiefer graben, aber ich denke, dass Sie ganz genau wissen, was ich meine, wenn ich über den kleinherzigen Zustand solcher Energievampire erzähle. Sie kennen das Verhalten und wissen eines eben genau: Sie wissen, dass Sie persönlich niemals so sein möchten. Sie denken positiv und optimistisch, haben grundsätzlich ein liebevolles Bild von der Menschheit. Sie lachen viel und gerne, sind offen für

Neues und begegnen Veränderungen mit kindlicher Neugier. Für Sie ist ein Problem eher eine Herausforderung, eine Aufgabe, die es zu lösen gibt. Sie wissen, dass Sie mit jeder Aufgabe ein großes Stück an Reife gewinnen und Sie sind vom Gesetz der Anziehung überzeugt. Daher wissen Sie auch, dass die Kraft Ihrer Gedanken alles in Ihr Leben zieht. Dabei gibt es keine einzige Grenze! Sie kümmern sich sorgfältig um Ihre Gedankengänge, erschaffen somit Situationen, mit denen Sie zufrieden sind und strahlen eine großherzige, glanzvolle Energie aus. Jede Faser Ihres Körpers, jede Zelle ist mit lückenloser Lebenslust gefüllt und das macht Sie zu einem friedvollen Menschen voller Begeisterung für das Hier und Jetzt. Sie leben genau das gesunde Gegenteil von dem, was ein giftiger Energievampir lebt. Sie haben verstanden, dass Glück kein Zufall, sondern eine Entscheidung ist. Diese Entscheidung treffen Sie Tag für Tag erneut, direkt nach dem Aufwachen. Sie haben sich entschieden, zu entscheiden und reines Glück ist nicht mehr nur ein zeitweiliger Zustand, sondern Ihr gekonnter Lebensstil. Das Schöne an Ihrem Lebensstil ist, dass er Ihnen Energievampire erspart. Mit jedem weiteren, positiven Gedanken, den Sie hegen, schreiten Sie unwillkürlich auf eine höhere, für den Energievampir nicht mehr greifbare, Frequenz. Sie werden unabhängig und heilen den Energievampir zum Teil, indem Sie ihm keine Angriffsfläche mehr bieten. Die künstlich erschaffene Angst eines Energievampirs ist nämlich stets abhängig von äußerlicher Bestätigung. Je höher Ihre Frequenz, Ihr Bewusstseinszustand, desto niedriger die Chance, einen Energievampir zu füttern. Sie heilen den Energievampir, indem Sie sich selbst heilen. Stichwort gesunder Egoismus.