



Von Danijela Saponjic. Die Beschäftigung mit dem Leben ist eine Investition, die sich immer lohnt. Daraus ziehen Sie den erforderlichen Antrieb, um sich selbst zu motivieren. Es ist eine Sache, aufzuräumen und das sichtbare Gerümpel im Büro zu entfernen. Doch was ist mit dem Gerümpel in Ihrem Kopf? Wie oft räumen Sie dort auf? Wie gehen Sie mit all den offenen Aufgaben um, die Ihnen kaum Ruhe lassen und die sich immer wieder aufdrängen? Nur weil diese Projekte vielleicht nicht sichtbar auf Ihrem Schreibtisch liegen und dort für Unordnung sorgen, heißt das noch lange nicht, dass sie nicht vorhanden sind.

Vielleicht kaufen Sie sich jetzt einen Ratgeber, um eine Anleitung für das geistige Aufräumen an der Hand zu haben. Hierzu möchte ich Ihnen jedoch eine wichtige Erkenntnis verraten: Lesen und selbst die Initiative ergreifen sind zwei völlig verschiedene Dinge. Das Gelesene bleibt für Sie nichts als eine abstrakte Information, solange bis Sie sie nicht umgesetzt haben.

Martha Graham sagte einmal: "Es gibt eine besondere Form der Vitalität, eine Lebenskraft, eine Energie, eine Bewegung, die nur Sie selbst in Aktion setzen können. Da jeder von uns ein einzigartiges Wesen ist, ist auch der Ausdruck des Lebens einzigartig. Wenn Sie Ihre eigene Lebensenergie blockieren, kann diese niemals durch einen anderen Menschen lebendig werden und geht damit für immer verloren." Mit anderen Worten:

**STOPFEN SIE IHRE PERSÖNLICHEN ENERGIELÖCHER UND STEIGERN SIE DAMIT IHRE NATÜRLICHE ENERGIE!**

Wenn Sie das erreichen wollen, müssen Sie alle Unannehmlichkeiten aus Ihrem Leben entfernen. Beginnen Sie mit den kleinen Dingen. Das sind zum Beispiel E-Mails, die schon seit Wochen im Ordner „Wichtig“ auf Erledigung warten. Wenn Sie jeden Morgen daran erinnert werden, verschwenden Sie jeden Morgen wertvolle Energie und Motivation. Diese Energie könnten Sie viel sinnvoller in positive Projekte investieren. Sobald Sie die E-Mails jedoch erledigen, gewinnen Sie sofort Ihre Gedanken und damit Ihre Energie zurück. Gehen Sie noch einen Schritt weiter und eliminieren Sie schlechte Angewohnheiten. Wie steht es zum Beispiel um Ihre Neujahrsvorsätze? Wenn Sie nicht jetzt schon mit der Umsetzung begonnen haben, werden Sie diese jetzt auch nicht mehr erfüllen. Schmeißen Sie sie daher lieber gleich über Bord und konzentrieren Sie sich auf Veränderungen, die Sie wirklich wollen.

Gehen Sie noch einen Schritt weiter. Distanzieren Sie sich von Menschen, die Sie ständig verletzen oder in deren Gegenwart Sie sich aus einem unerklärlichen Grund unwohl fühlen. Lernen Sie, auf Ihr Bauchgefühl zu hören. Diese Fähigkeit können Sie Schritt für Schritt verbessern. Sicherlich können Sie sich an viele Situationen erinnern, bei denen Sie sich im Nachhinein sagten: „Ich habe es doch gewusst!“. Ja, natürlich haben Sie es gewusst. Ihr Bauchgefühl hat es Ihnen deutlich gesagt. Aber Sie haben mal wieder nicht darauf gehört, oder? Warum ist das so? Weil unser Verstand, der durch unsere gesellschaftliche Erziehung und die damit verbundenen Regeln und Ideale geprägt ist, unsere Intuition in Sekundenschnelle überlagert. In der heutigen Gesellschaft vertrauen wir unserem Verstand mehr als uns selbst, also unserem Gefühl. Zwar schreibt man Frauen im Allgemeinen mehr Intuitionen zu als Männern. Doch auch Frauen begehen in unserer sachorientierten technischen Welt zunehmend den Fehler, den Männern nachzueifern, und verlernen so ihre intuitive Begabung. Kopplastige Berufe und tun ihr übriges



dazu. Ich empfehle Ihnen, bei einem komplexen oder schwierigen Problem stets auf den ersten Gedanken zu hören, der Ihnen durch den Kopf schießt. Der kommt aus dem Unterbewusstsein und löst das Problem oft viel besser als die vielen Überlegungen, die Sie danach mit Ihrer Ratio anstellen. Sie werden staunen, wie einfach sich Dinge erledigen, wenn Sie wieder stärker Ihrer Intuition vertrauen.

Ein weiterer klassischer Energieräuber ist die Äußerung: „Ich sollte ...“ oder „Ich will es versuchen ...“. Wenn ich mit meinen Kunden die Umsetzung meiner Beratung bespreche, bekomme ich oft zu hören: „Ich will versuchen, Ihre Vorschläge umzusetzen!“. Als Reaktion darauf bitte ich den Kunden mit höflicher Stimme, dass er versuchen solle, sich auf einen Stuhl zu setzen. Meist folgt daraufhin die erstaunte Frage: „Wie meinen Sie denn das? Ich stehe doch schon, oder ich sitze, dazwischen gibt es doch nichts?“. Genau hier liegt die Lösung. Es gibt nichts zwischen dem Handeln und dem Unterlassen. Entweder erledigen Sie ihre Aufgaben, oder sie lassen es bleiben. Es nur zu versuchen, wird nicht klappen.

Warum sollen Sie das alles tun, was ich Ihnen hier empfehle? Die Antwort ist im Grunde sehr einfach. Je mehr Energie Ihnen zur Verfügung steht, desto mehr Kapazitäten haben Sie frei. Damit stärken Sie Ihre Basis. Denn ein Unternehmen ohne starke Basis kann schon bei einem kleinen Sturm den Boden unter den Füßen verlieren. Was passiert beispielsweise, wenn der tägliche Stress der Arbeit überhand nimmt und Sie ernsthaft krank macht? Das wäre für Sie eine sehr schmerzhaft Erfahrung, die Sie vielleicht dazu zwingt, Ihre Arbeits- und Lebensweise grundlegend zu überprüfen. Ich empfehle Ihnen jedoch, nicht so lange zu warten, sondern sofort zu handeln und die Basis Ihres Unternehmens auszubauen.

Die Natur folgt einem natürlichen Gesetz: Sie füllt leere Räume sofort wieder auf. Für Ihren beruflichen Erfolg brauchen Sie immer Raum für etwas Neues, denn Sie möchten sich natürlich weiterentwickeln. Wenn Ihr Kopf, bildlich gesprochen, voll mit Altlasten und offenen Aufgaben ist, kann eine neue Idee keinen Platz darin finden.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Aufräumen. Denken Sie daran, dass Energie, Selbstvertrauen und der daraus resultierende Erfolg eng miteinander verbunden sind.



**Zur Person**  
Unsere Autorin Danijela Saponjic ([www.haus-des-fengshui.de](http://www.haus-des-fengshui.de)) ist studierte Betriebswirtin. Arbeitete als selbstständige Marketing- und Vertriebsberaterin für große und mittelständische Unternehmen. Nach einer Feng-Shui-Ausbildung an dem weltweit anerkannten Qi Mag Institut bietet sie seit 2003 professionelle Beratungen für Unternehmen und Privatpersonen an. Kontakt: [saponjic@businessandwoman.com](mailto:saponjic@businessandwoman.com)