

# NEIN. Danke!

Dr. Oliver Marc Wittwer / 02.02.2024 / [www.provisions.ch](http://www.provisions.ch)



Ich brauche mir nicht von Energievampiren, Egoisten, Narzissten und sonstigen unbewussten Menschen meine Lebensenergie nehmen lassen. Nein, danke!

Ich habe es nicht nötig, mich durch ungebetene Angebote, Zeitschriften oder Werbung von Telefonverkäufern, Versicherungsmaklern oder Betrügern meiner Zeit berauben oder mein Geld abnehmen zu lassen. Nein, danke!

Ich lasse mir nicht durch familiäre Zwangsgewohnheiten oder gesellschaftliche Regeln meine Aufmerksamkeit, meine Kraft oder meine Zeit stehlen. Nein, danke!

Es gibt so unzählig viele Formen von Schmarotzern, Manipulatoren und Dieben, die auf ebenso vielfältige Weise versuchen, uns Energie an- und abzuzapfen. Wir Menschen sind es so sehr gewohnt, wir wurden indoktriniert und darauf getrimmt, dass wir glauben, anderen Menschen jederzeit unsere Aufmerksamkeit und Energie geben zu müssen. Es ist so tief in uns verankert, dass wir es nicht einmal mehr bemerken.

Wieso müssen wir jeden Tag mit unseren Familienangehörigen telefonieren, nur um uns das Gejammer oder Getratsche anzutun, auf das man, wäre man ehrlich mit sich selber, gar keinen Bock hat und es uns nur Energie abzieht?

Nein, danke! Da bleibt das Telefon lieber aus.

Wieso schenken wir jedem ungebetenen Anrufer unsere Zeit, nur damit er uns von irgendwelchen Versicherungen schwafelt, die wir weder wollen noch brauchen?

Nein, danke! Und dann auflegen.

Wieso sollen wir unsere Zeit damit verbringen, irgendwelche Zeitschriften oder Werbeangebote durchzublätern, die ohne unser Einverständnis in unserem Briefkasten gesteckt werden und die uns nicht wirklich interessieren?

Nein, danke! Ungeöffnet ab ins Altpapier.

Wieso reagieren wir auf übergriffige, überhebliche oder respektlose Kommentare unter

unseren Posts und lassen uns mit diesen unbewussten Energiesaugern auf eine Konversation oder gar Kampf ein?

Nein, danke! Kommentar einfach löschen.

Wieso sollen wir auf private Nachrichten von Unbekannten reagieren, die ohne respektvolles Anklopfen oder Anfragen uns ihre Lebensgeschichte erzählen oder eine Konversation starten, nur um sich Aufmerksamkeit oder ein gratis Coaching zu holen?

Nein, danke! Einfach nicht reagieren und Konversation löschen.

Wieso nehmen wir an Treffen teil, bei denen niemand auf unserer Wellenlänge ist und wir bloss darauf warten, bis es endlich vorbei ist?

Nein, danke! Ein Tag in der Natur mit den Liebsten erfüllt weitaus mehr.

Wieso wollen wir uns mit Menschen unterhalten, die sich nicht für uns interessieren, nur oberflächliches und belangloses Geschwätz erwarten und uns ablehnen oder uns Vorwürfe machen, wenn wir uns authentisch zeigen?

Nein. Danke!