

Ohren

„Jetzt hör doch mal zu!“

Wie oft haben wir diese Aufforderung schon gehört oder selber gesagt? Der Grund für mangelnde Aufmerksamkeit, falsch verstandene Aussagen, aber auch Hörprobleme sind oftmals in Zusammenhang mit der reduzierten Ohrenenergie. Abgeschaltete Ohren können gar nicht gut und richtig zuhören, geschweige denn dass man sich selber hört und der Rückkoppelungs-Mechanismus gut funktioniert: „Reden - sich selber hören - überprüfen, was man gesagt hat – revidieren – das Gesagte anpassen oder neu formulieren.“

Um sich die Ohrenenergie zu erhöhen, kann man ganz einfach die Ohren massieren, bis sie ganz warm sind: Von innen nach aussen und von oben nach unten die Ohrmuschel-Falten ausstreichen.

Eine gute Idee bei kalten Ohren, vor wichtigen Gesprächen, dem Singen oder Musik hören. Damit ein Ohrenschmaus entstehen kann!