

Über die Werke Anna Skrabals „Von der Eindimensionalität in die fünfte Dimension“:

Viele meiner Werke, so wie die Skulpturen dieser Serie, zielen direkt darauf ab Harmonie, Balance und Heilung in uns zu fördern.

Die dargestellten Symbole sind mir in Träumen und Meditationen erschienen und verkörpern den Energiefluss – im menschlichen Körper und im Universum. Wir Menschen als Teil des Ganzen! Sind wir im Fluss der Energie, blockieren ihn nicht, erleben wir Gesundheit.

Die Intention ist es im Betrachter die Erinnerung an sein wahres Potential, an seine wahre Natur wachzurufen.

Dazu nutzte ich unter anderem die Aktivität der Spiegelneurone. Spiegelneurone sind Nervenzellen, die im Gehirn beim Betrachten eines Vorgangs das gleiche Aktivitätsmuster aufweisen, wie es entstünde, wenn dieser Vorgang nicht bloß (passiv) betrachtet, sondern selbst (aktiv) durchgeführt würde. Das heißt was wir sehen verursacht bei einem Spiegelneuron dasselbe Aktivitätsmuster, welches die aktive Handlung verursachen würde. Also kann im Betrachter, durch die Betrachtung, der Prozess „aktiv“ nachvollzogen werden. Somit wird alles, was Sie erlauben auf sich wirken zu lassen, in Ihnen gespiegelt. Sehen Sie also eine Skulptur die Harmonie, Gleichgewicht, Energiefluss verkörpert, werden diese Befindlichkeiten auf Sie übertragen, in Ihnen „automatisch“ nachempfunden.

Das verwendete Material der Skulpturen ist nach wie vor Bronze, da Metall, als eines der fünf Elemente der chinesischen Heilkunst, eine starke energetische Wirkung hat. Holz, Feuer, Erde und Wasser sind meist in unseren Häusern sichtbar, aber selten echtes Metall. Auf diese Weise bringen die Skulpturen das fünfte Element in ihr Haus, lassen die Energie fließen und fördern ein energetisches Gleichgewicht.

Die metallene Oberfläche erlaubt Lichtspiegelungen, die die Skulpturen in einem immer neuen Licht erstrahlen lassen und die Bewegung der Energie nachahmt. Wenn Sie sich um die Skulptur oder die Skulptur sich um sich selber dreht, können Sie diesen Effekt beobachten.

Die „kreuzweise“ Ausrichtung der Metallebenen symbolisiert die vier Himmelsrichtungen, die ebenfalls in der chinesischen aber auch in anderen Heilkünsten, wie der indianischen, eine starke Bedeutung haben.

DER PHILOSOPHISCHE HINTERGRUND

Alles ist Energie

Energie kann nicht verloren gehen, sondern nur von einer Energieform in die andere übergehen – **Energieerhaltungssatz**.

Alles, wir und alles um uns herum, ist Energie. **Unser Körper ist die materialisierte, verdichtete Energie, das Gefäß, die Hülle, die wir auf der Erde bekommen haben um unsere persönliche, innere, spirituelle Energie zu umschließen.** Beide Energien, die materielle und spirituelle Energie, stehen in ständiger Wechselwirkung miteinander und darum ist es so wichtig, dass beide Energien frei fließen, ohne Blockaden. Wenn sie das nicht tun, werden wir krank (s.u.).

Unsere individuellen Energien sind Teil der universellen, unendlichen Energie.

Da Energie die Eigenschaft hat, sich ständig zu bewegen, sich zu verändern, kommt sie im Laufe der Zeit in verschiedene Zustandsformen. Eine der Zustandsformen der spirituellen Energie ist im materiellen Körper auf Erden.

Viele Menschen fragen sich, **warum wir auf der Erde sind**. Mike Bastin, Cherokee-Indianer, meinte in der Peace Village in Vermont 2012, dass dies ganz einfach sei: **„you can't taste chocolate at the other side“** (du kannst auf der anderen Seite keine Schokolade kosten). Gemeint ist, dass die körperliche Hülle so viele andere, neue, schöne Erlebnisse möglich macht, welche wir in anderen Zustandsformen nicht erfahren können. Und die „Erderfahrungen“ sind eine ganz spezielle Bereicherung unserer Energieschwingung.

Diesbezüglich noch einmal zurück in die Schule, zum Physikunterricht: Was ist denn eigentlich Energie? $E = m \times c^2$. Also Energie ist Masse mal Geschwindigkeit zum Quadrat. Also ist **Energie immer irgendwelche Teilchen (Atome), die sich bewegen**. Wir wissen auch, dass jedes Teilchen seine optimale Schwingungs-, Bewegungsfrequenz hat. Vergleichbar mit der Schwingung einer Gitarrensaite: wenn **wir sie optimal anschlagen, klingt sie am besten**. Wie kommen wir, als Summe vieler Atome, zur optimalen Schwingung?

Wie bereits erwähnt, beeinflusst und verändert jede Erfahrung die Schwingung unserer individuellen Energie und damit der ganzen unendlichen Energie. **Um die höchste Schwingungsebene zu erreichen, ist es deswegen wichtig, viele Erfahrungen zu machen und vor allem seine Aufgabe im Leben zu finden.**

Jeder hat nämlich eine spezielle Aufgabe – a purpose in life – die er zu seinem und dem Wohl aller ergründen und ausleben soll. Die Aufgabe kann sich auch im Laufe des Lebens verändern. Sie bedeutet nichts anderes, als dass jeder durch die Erfüllung seiner Lebensaufgabe so optimal in Schwingung gerät, dass er die universellen Energie am besten, schönsten und vollendetsten bereichert wird. Wie ein perfekt angeschlagenes Instrument in einem Orchester.

Eric Alexander, meinte außerdem, dass Gesundheit, Schönheit und Reichtum eine hohe Frequenz haben. Krankheit hat eine niedrige. Je nachdem, mit welcher Frequenz wir schwingen, ziehen wir das eine oder andere an. Denn gleiches zieht gleiches an!

Zum **perfekten Orchesterklang** gehört auch, dass unsere spirituellen Energien dorthin gezogen werden, wo sie am meisten gebraucht werden (in der Physik als Osmose bekannt): Für manche bedeutet das, dass sie in Afrika, für andere, dass sie in Österreich geboren werden.

Wenn wir in unsere materiellen Hüllen schlüpfen (**Befruchtung**), **sind wir noch mit der unendlichen Energie geladen** – man könnte sagen: unsere Akkus sind geladen.

Allerdings variiert die Größe der Akkus, der Ladungszustand und die Entladungszeit. Die Buddhisten sagen, dass man im jetzigen Leben, die Saat des letzten Lebens erntet. In diesem Sinne ist die „**Akkudimension**“ vielleicht auf **unser vorheriges Leben** zurückzuführen.

Auf materieller Ebene brauchen Babys / Menschen unterschiedlich viel Nahrung um ihren Stoffwechsel aufrecht zu erhalten. Auf spiritueller Ebene brauchen sie unterschiedlich viel Aufmerksamkeit um sich wohl zu fühlen – manche brauchen ganz viel Aufmerksamkeit / Energie von außen, andere sind mit sich selbst oft über lange Zeit sehr zufrieden. Je nachdem zapfen sie mehr oder weniger viele **verschieden Energiequellen**, unterschiedlich intensiv, an. Die Energie, die meistens am einfachsten erreichbar ist, ist für Babys, die der Mutter bzw. der nächsten Familie. Dieses Muster der Energiebeschaffung von anderen Menschen ist sehr gängig und bleibt häufig auch im weiteren Leben bestehen. So gibt es viele, die ihren Energielevel **auf Kosten anderer Menschen** aufrechterhalten und vice versa, dass Menschen von anderen Menschen oder Tätigkeiten energetisch ausgesaugt werden. Manchmal wird der Ladezustand vielleicht nur leicht reduziert und manchmal kommt es vielleicht zu einer vollständigen Entladung. Die Akkus werden leer. Dann kommt die Frage, wie werden die Akkus wieder aufgeladen? Reicht es ein bisschen Energie von einem anderen Menschen abzuzapfen – Teufelskreis des Energiediebstahls (Streit um Energie sehen wir ja derzeit auf allen Ebenen) – **oder schaffen wir es, die universelle, unendliche Energie „anzuzapfen“**, von der wir ja ein Teil sind!

Da drängt sich natürlich die Frage auf: Wie kann man denn die unendliche Energie anzapfen?

Viele sind sich ihrer eigenen Zugänge zur universellen, unendlichen Energie nicht bewusst. Aber jeder kennt sie. Ob man Energie tankt indem man in der Natur wandert, in der Sonne liegt, reist, im Wasser schwimmt, tanzt, singt, musiziert, kreativ ist, sportelt, Yoga macht oder meditiert – ganz egal!!! **Jeder hat seine eigenen individuellen Energiekanäle und sollte sie finden und pflegen.** (Wer sagt, dass es nur eine bestimmte Art gibt, um an die unendliche Energie anzuschließen, hat meiner Meinung den Fokus auf anderen Dingen, als auf dem Zugang zur unendlichen Energie – meist wohl Macht.)

Viele schaffen es im Urlaub, am Wochenende, in ihrer Freizeit, mit ihren Hobbies ihre „Energieakkus“ aufzuladen. Einige wissen nicht so recht, was sie suchen und verwechseln das gute Gefühl, wenn sie z.B. etwas Schönes gekauft haben – neue Schuhe, neue Kleidung, neues Auto etc., das Prickeln einer neuen Liebesbeziehung, mit dem guten Gefühl der Verbindung zur unendlichen Energie. Sie verlaufen sich dadurch in **Ersatzbefriedigungen** und einer vorgetäuschten connection, Verbindung, weil sie den direkten Zugang nicht kennen. Diese Energie ist nur meistens ganz schnell wieder weg. Und so machen viele die Erfahrung, dass ihre „Energieakkus“ ganz leer werden – manche bis zum burn out. Dann braucht es massive Reduktion der Energieabnehmer und eine Starkstromaufladung (z.B. Therapie) um wieder ins **energetische Gleichgewicht** zu kommen.

Genauso, wie es verschiedene Zugangsarten gibt, gibt es **auch verschiedene Orte, Situationen, Rituale die es jedem einzelnen Menschen unterschiedlichen stark erleichtern, den Zugang zu finden.** Sei es der Gipfel eines Berges, eine Waldlichtung, das Meer, eine Kirche, eine Pyramide, religiöse oder spirituelle Zeremonien – alles kann der Verstärkung der Energie und damit der leichteren Spürbarkeit dienen.

Da unser Alltag meist viel Energie von uns fordert, sollte es unser primäres Ziel sein, ein Gleichgewicht zwischen Energieaufladung und Entladung herzustellen. Prinzipiell erzielt man das Gleichgewicht, selbstverständlich, durch gleichviel Energiezufuhr, wie Energieabgabe. Wenn man das Gleichgewicht erreicht hat, kommt

es dann noch auf die Höhe des Energieniveaus an, ob man schwächer oder stärker strahlt. **Vergleichbar mit einer Glühbirne, bei der wenig Stromdurchfluss zu einem zarten Strahlen führt, oder viel Stromdurchfluss zu einem ganz starken Strahlen – wie bei der „Erleuchtung“.**

Erleuchtet zu sein bedeutet nämlich, meiner Meinung nach, uneingeschränkten Zugang zur unendlichen Energie zu haben – von ihr ganz erfüllt zu sein. Weil das so viel Energie ist, leuchtet man.

Um ein so hohes Energieniveau, wie man zur „Erleuchtung“ braucht, zu erreichen, ist es, glaube ich, notwendig, dass man **alles was man tut und macht, als Teil des Energiekreislaufes wahrnimmt und sich aus allem, selbst unangenehmen Dinge wie z.B. putzen, zusammenräumen oder Steuererklärungen, Energie holt.**

Liegt eine **Blockade des Energieflusses** vor, kann man **selbst** viel tun um sie zu lösen. Manchmal hilft es schon, wenn man energetische Dreckhüllen durch **Reinigungen** wie Rauch, Schwitzhütten und Waschungen entfernt und die Energiekanäle (Chakren) durchputzt (**Yoga, Meditation, Klopfen** etc.). Oft braucht es aber auch **Hilfe von außen** - ob durch einen **Arzt oder andere Heiler**. Egal wer es ist, dieser macht nicht die „Heilung“ – er dockt „nur“ an die universelle Energie an, verstärkt sie und leitet sie weiter und durch.

Dieses **freie Fließen der Energie** und damit der körperliche und geistige Gesundheit zu bewerkstelligen, ist eine große Herausforderung unseres Erdenlebens. Deswegen **„mens sana in corpore sano“ – „ein gesunder Geist in einem gesunden Körper“.** Es ist aber nicht nur Herausforderung, sondern auch eine Erleichterung, da man über die Körperenergie auch direkt auf Geistenergie einwirken kann – und die Körperenergie ist oft „greifbarer“ als der Direkt-Zugang zur spirituellen Energie.

Wichtig ist auf jeden Fall, dass man, wenn man den eigenen Spirit zum Leuchten (auf eine höhere Schwingung) gebracht hat, versuchen soll, die **Erleuchtung auch anderen** zugänglich zu machen – ihnen zu **helfen, sie auch zu erlangen**. Ob man hierbei noch von einer menschlichen Hülle umfasst ist oder nicht, ist völlig unerheblich. Viele spirituelle Energien rund um uns herum warten nur darauf uns helfen zu dürfen (manche nennen sie Engel) – wenn wir sie bitten, helfen sie uns auch. Diese Spirits (in menschlicher Hülle oder ohne) sind schon auf höherer Schwingungsebene und können uns dementsprechend besser helfen. Manchen von uns fällt es oft schwer sich helfen zu lassen – durch unsere Großhirnrinde, unser Denken, wird der Zugang leicht blockiert. Deswegen sind Kinder oft den spirituellen Energien noch viel feinfühlicher gegenüber (viele können die Spirits, Engel noch sehen) und die „biologischsten“ unter uns, sind am meisten davon entfernt.

Unser sekundäres Ziel ist es, dass ALLE die höchste Schwingungsebene erreichen. Deswegen kommen wir auch so oft die Erde, werden so oft wiedergeboren, bis alle die höhere Schwingung erreicht haben und wir in die nächste Welt übertreten können.

Meine Lebensaufgabe, my purpose in life, ist so viele Menschen wie möglich zu unterstützen, sich mit der unendlichen Energie zu verbinden. Ob durch Skulpturen, Bilder, Texte, Fotos, Tanz, Gesang oder durch psychotherapeutische, ärztliche Arbeit ist für mich gleich bedeutend. Wenn ich das auch durch dieses Schreiben erreicht habe, bin ich meinem Ziel wieder ein Stückchen näher gekommen.

Ich wünsche uns allen, dass jeder seine Lebensaufgabe und seinen persönlichen Zugang zur unendlichen Energie entdeckt und pflegt und wir alle in höhere Schwingungsebenen aufsteigen können!

Anna Skrabal