

Sich hingeben und dabei
Haltung bewahren. Ein
Widerspruch? Die Tänzerin
beweist das Gegenteil

Essay

EINE TASCHENLAMPE FÜR DIE SEELE

Was ist dieses gewisse Etwas, das manche haben und andere nicht? Wie kann man es polieren, wie zum Strahlen bringen? Mit blonden Strähnen oder High Heels auf keinen Fall. Unsere Autorin Susanne Kaloff wollte es wissen und ließ ihre Aura fotografieren

Wenn man das Wort Aura in die Suchmaschine eingibt, stößt man zuerst auf den Aura-Partytempel, eine Großraumdisco in Ibbenbüren. Der zweite Treffer erklärt, dass die griechische Göttin der Morgenbrise den Namen Aura trug. Und dann gibt es auch noch einen finnischen Käse mit gleichem Namen, den wir jetzt mal links liegen lassen und uns lieber dem altgriechischen Wort „áva“ zuwenden, das übersetzt Lufthauch bedeutet. Die Aura ist also ein leichter Wind, der uns umgibt. Esoterisch ausgedrückt: ein Energiekörper. Nur kann man den nicht sehen. Was ist es also, das manche Menschen haben, wenn sie einen Raum betreten, dieses gewisse Etwas, dieses Leuchten?

Als ich sehr jung war, verliebte ich mich in einen Typen, der genau das hatte, was man mit den bloßen Augen nicht erkennen kann, aber mit allen anderen Körperteilen verdammt deutlich spürt: Obwohl er nicht viel größer war als eine Parkuhr, lag ihm die Welt zu Füßen. Alle sagten, er sei so wahnsinnig charismatisch, und ich war traurig, weil ich gehofft hatte, nur ich sei auserwählt, das zu spüren. Damals ahnte ich noch nicht, dass Aura nie exklusiv ist, dass sie, einmal entfacht, für alle brennt wie eine Fackel. Ein paar Jahre später lernte ich jedoch, wie gut das ist, und auch: selbst zu leuchten.

Wo man dieses Leuchten studiert? Im Leben, und zwar von innen nach außen. Ja, man muss innen polieren. Denn weder Schuhe von Jimmy Choo noch blonde Strähnen, kein neuer Mann und auch kein Botox sind einem bei dem Versuch zu strahlen langfristig eine Hilfe. Das Gute daran: An seiner Ausstrahlung zu feilen ist vielleicht etwas Arbeit, aber dafür kostet es nichts. Das glaubte ich jedenfalls. Bis zu der Woche, als mir die Broschüre der „Praxis für Kinesiologie, Bioenergetik und Aurafotografie“ vor die Füße fiel...

Eigentlich war ich mir sicher, dass mit meiner Aura alles stimmt, was ich daran festmachte, dass man mir auf der Straße hinterherguckte und häufig versicherte, ich hätte ein charismatisches, einnehmendes Wesen. Aber nennen wir es Neugier, vielleicht auch Eitelkeit, im Grunde wollte ich schwarz auf weiß oder meinetwegen auch lila auf magenta sehen: alles im Lot. Deshalb vereinbarte ich einen Termin in dieser Praxis. Ich wollte meine Aura fotografieren lassen. Und freute mich, als mich wenige Tage später Nikolas Joshua Donner in einem gestreiften Tommy-Hilfiger-Hemd an der Tür begrüßte. Irgendwie beruhigte mich die Tatsache, dass er keine fesselige Wollstrickjacke trug. Ich brauchte keinen esoterischen Klamauk, sondern Fakten. >>



Mit der Ausstrahlung von Susanne Kaloff ist eigentlich alles in Ordnung. Aber sie wollte es schwarz auf weiß haben. Pardon: blau auf magenta

Kaum war ich eingetreten, lag auch schon meine linke Hand auf einem Gerät, das aussah wie ein Lügendetektor. So fühlte sich die Untersuchung dann auch an: als hätte ich ein großes Geheimnis, und nun käme alles ans Licht. Doch erst mal kam zwei Minuten lang gar nix. Nikolas Donner guckte nur stumm auf sein Laptop, während ich wie gebannt in die Webkamera starrte, die ungünstigerweise viel zu weit unten angebracht war, und mir dämmerte, dass ich auf diesem Aurafoto ein fürchterliches Doppelkinn haben würde. Ich behielt recht.

Darüber hinaus sah man auf dem Foto, das wenig später aus dem Drucker kam, einen blauen Klumpen auf Höhe meines Kehlkopfs, mit etwas Safran und Lila. Während über mir eine rosafarbene Wolke warbete, die ich spontan als Erleuchtung interpretierte. „Das ist schon etwas komplexer“, sagte der Aurafotograf und begann mit seinen Ausführungen: „Ihr Kehlkopfchakra, Zentrum für Kommunikation, ist sehr aktiv.“ Das überraschte mich wenig. Auch spirituell sei ich weit vorn, sagte er, das Wort hellstichtig fiel sogar. Violett und Blau stünden für ein aufnahmefähiges Energiefeld, das gut fließt. Na also!

Ich richtete mich auf und fühlte mich top. Doch Nikolas Donner war noch nicht fertig: Nicht ganz so optimal wäre die Tatsache, dass mein Unterbewusstsein eine andere Farbe hätte als mein Wachbewusstsein, nämlich komplett gegensätzlich. Ob ich in einer inneren Diskrepanz leben würde, wollte er wissen. Dieser Farbkontrast könnte eventuell auch ein Hinweis darauf sein, dass ich meine Feinfühligkeit vor der Außenwelt verbergen möchte. Ach, und da sähe er

noch etwas anderes: dass ich mich von den Energien anderer Menschen nicht gut abgrenzen könnte. Stimmt! Woher wusste er das nur? Da würde ein schwarzer Turmalin prima helfen, riet er mir, den ich fortan bei mir tragen sollte.

Aber es kam noch schlimmer. Denn laut des Auraexperten sollten alle Chakren schön gleichförmig rund und kräftig in der Farbe sein. Was bei mir nicht der Fall war. Meine sahen eher aus wie verunglückte Wischtechnik, vor allem mein Sakral-Chakra war verschwindend klein und unförmig. Nicht gut, gar nicht gut, zumal es sich hierbei nicht um das relativ banale Kommunikationszentrum, sondern dummerweise ums Sexual-Chakra handelte!

Während wir über mein offenbar unterentwickeltes Sex- und Partnerschafts-Energiefeld sprachen, wurde ich sehr müde und irgendwie genervt, was ich auf eine akute Unterzuckerung schob. Der Aurafotograf aber als Abwehrhaltung interpretierte und einen Konflikt in meinem Sakral-Dingsbums vermutete. „Der beste Weg, sein Energiefeld weit zu machen“, erklärte Nikolas Donner, „ist, innere Konflikte abzubauen. Ein Energiefeld fängt dann an zu strahlen, wenn wir Spaß am Leben haben, im Hier und Jetzt sind und uns freuen.“

Als wir die Aufnahme wenig später noch mal wiederholten, war plötzlich sehr viel Grün in meiner Aura. „Das kann ein Zeichen sein, dass bereits Heilung stattgefunden hat“, mutmaßte der Experte. Ich sagte an diesem Nachmittag nur noch sehr wenig und legte mich schon um sechs Uhr abends mit meinem mickrigen Sakral-Chakra niedergeschlagen ins Bett.

Fotos: Privat

„UM NACH
AUSSEN ZU
LEUCHTEN, MUSS
MAN ERST MAL
LICHT INS INNERE
BRINGEN – SICH
SEINER SELBST
BEWUSST WERDEN“

„Ich kann mich eben nur an mir selbst erfreuen, wenn ich mich akzeptiere“, sagte die Psychologin und Coach Susanne Jeß am darauffolgenden Tag zu mir. „Menschen entwickeln eine positive Ausstrahlung, indem sie das, was sie ausmacht, annehmen und dies als Stärke betrachten“, fuhr die Expertin vom Hamburger Coaching Contor fort. „Aura ist für mich Ausstrahlung. Löst ein Mensch bei mir Irritation aus, spüre ich das meist dadurch, dass ich das Gefühl habe, der ist nicht echt.“ Wenn jemand mit sich im Reinen ist, leuchtet seine Aura also automatisch? „Ja, wenn jemand um seine Stärken weiß und seine Schwächen annimmt, anstatt sie als Lebensaufgabe zu betrachten.“

Kate Moss ist ein Paradebeispiel für eine glänzende Aura, sie kann tun und lassen, was sie will, weil sie sich nicht darum schert, was andere denken, weil sie keine Anteile ihrer Persönlichkeit deckelt, zu ihrem Look, ihren Lovern, ihren Extremen steht. Aber wie wird man so? „Das ist immer eine Entwicklung hin zu mir selbst“, so Susanne Jeß. „Erst mal bei sich anfangen, Boxenstopp machen, ausmisten, sich mit seiner Biografie auseinandersetzen und wohlwollend mit dem umgehen, was und wer ich bin.“ Während sie das sagte, ging mein Herz auf, vielleicht war es auch mein Solarplexus, keine Ahnung, aber diese Idee von Selbstakzeptanz berührte, beruhigte und bestätigte mich: „Der Versuch, seine Aura durch die äußere Hülle verändern zu wollen, wirkt immer schräg“, sagte sie. Wie einfach das klingt und wie schwer es sich umsetzen lässt, da draußen im Leben.

Um dem inneren Glanz auf die Schliche zu kommen, arbeitet Susanne Jeß mit dem sogenannten

„Reiss Profile“, einer Motivanalyse, mit der man herausfinden soll, was einen antreibt. Dazu muss man in einem Online-Verfahren 128 Fragen beantworten, etwa: „Denken Sie häufig über Essen nach?“ oder „Legen Sie Wert darauf, in einer guten Wohngegend zu leben?“. Aber auch: „Wie wichtig ist Ihnen Sex?“

Wesentlich dabei ist, den Kopf auszuschalten und die Fragen aus dem ersten Impuls heraus zu beantworten. Ich fing an. Und so skurril es war, so viel Spaß machte es auch. Ich war gespannt, was mein gesunder Appetit mit meiner Aura zu tun hat. „Es geht nicht nur darum, die inneren Antreiber kennenzulernen, sondern auch herauszufinden, wo sie sich im Verhalten bemerkbar machen.“ Die Grundfrage dahinter: Hast du genug von dem, was dich erfüllt? Um ihre Ausführungen zu verdeutlichen, malte Susanne Jeß zwei Kreise auf ihr Flipchart, die aussahen wie ein Donut. Ich driftete ab, war mit den Gedanken bei der Auswertung meiner Analyse. Warum um Himmels willen wick der Wert „emotionale Ruhe“ so stark von der Norm ab? „Aura hat mit Selbstbewusstsein zu tun“, sagte Susanne Jeß. „Im Sinne von: sich seiner selbst bewusst zu sein.“ Man müsse die Taschenlampe nach innen halten und sich fragen: Was macht mich aus? „Erst wenn ich das getan habe, kann ich die Taschenlampe nach außen halten und im wahrsten Sinne des Wortes strahlen.“ ☒

Mehr Infos zur Aurafotografie finden Sie unter www.aurabalance.de und zu Susanne Jeß unter www.hamburger-coachingcontor.de