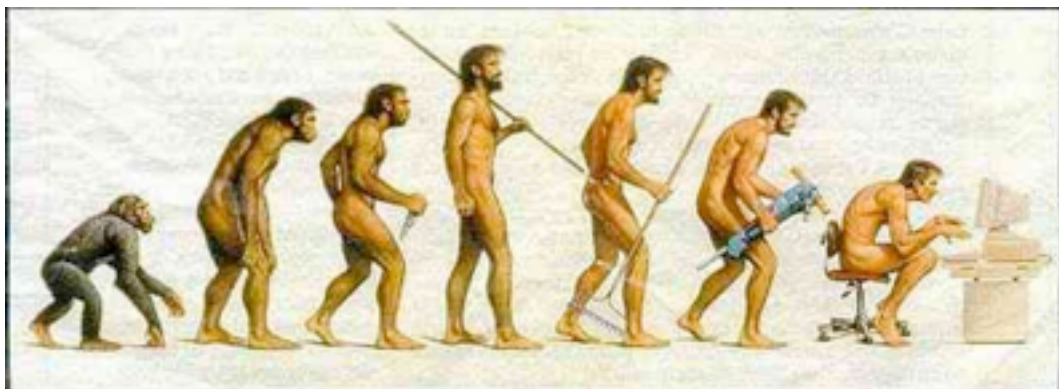




# YEP! - Newsletter

Nr. 28 - Januar 2013

**Gesundmachendes, Erleuchtendes, Medi-zynisches,  
Lustiges und Spannendes von Dr. Yves E. Patak**



Liebe *YEP!*-Leserinnen und -Leser

*Happy New Year!* Einmal mehr haben wir den Weltuntergang überlebt, Freude herrscht. Das Armageddon fällt weiterhin aus, der Maya-Kalender wurde offenbar falsch berechnet, und nun fragen sich doch einige unter uns, was wir mit dem ganzen Jahr 2013 anfangen sollen. Das Gleiche, wie in den letzten paar Jahrzehnten - oder soll es ‚ganz anders‘ werden? Sollte dieses ominöse Jahr gar unser bestes werden? Reingefallen! Die obigen (Suggestiv-)Fragen bringen das Problem auf den Punkt: wir sind bereits wieder am werten! Wir werten, was gut

und was schlecht ist, als wüssten wir genau, wie es um diese Dinge steht. Doch wissen wir es wirklich?

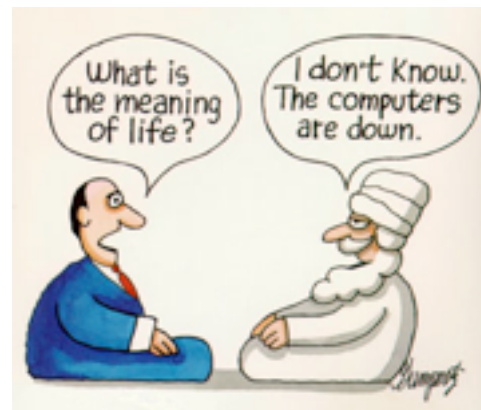
Die östlichen Weisheiten hatten nun lange Zeit, in unser westliches Bewusstsein einzusickern, so zum Beispiel auch die Tatsache, dass nicht alles ‚gut‘ ist, was angenehm ist, und nicht alles ‚schlecht‘, was unangenehm ist.

Schokolade, Fernsehen und Handys finden wir cool. Aber Schokolade bringt Übergewicht, Karies und Diabetes, Fernsehen lässt uns geistig abflachen und Handys fördern das Wachstum von Hirntumoren.

Krankheiten und Krisen hingegen finden wir doof und überflüssig, aber Hand aufs Herz: kennen Sie viele Menschen, die sich *ohne* Krankheit oder Krise weiterentwickeln, einen seelischen Quantensprung machen?

Immer wieder fragen wir nach dem Sinn des Lebens, vor allem zu Neujahr. Ich stelle somit eine meiner

Lieblingstheorien in den Raum: in unserem Leben geht es um *Entwicklung!* Schon Charles Darwin sagte, dass in der Geschichte des Lebens nichts beständiger sei als die Wandlung. Es sieht so aus, als wäre die Stagnation, das An-Ort-Und-Stelle-Treten, das Festklammern am



jetzigen Zustand, der grosse Feind des menschlichen Lebens. Denn ob wir es wollen oder nicht, es geht um Veränderung. Um Wandel. Doch in welche Richtung? Machen wir es uns doch einfach: *Von der Angst zur Liebe!* Herrlich kitschig, aber im Grunde vielleicht das einzig Wahre.

Natürlich dürfen wir weiterhin Pläne schmieden, allerdings mit der inneren Bereitschaft, dass alles anders kommen möge als geplant. Wie man so schön sagt: Wenn du Gott zum Lachen bringen willst, erzähle ihm von deinen Plänen.

In diesem Sinne wünsche ich allen *YEP!*-Lesern ein Super-Jahr mit ganz, ganz vielen Entwicklungs-Chancen. Natürlich stehe ich weiterhin allen ‚Pilgern auf dem Weg des Lebens‘ gerne mit Rat und

Tat bei. Schliesslich wünsche ich mir, dass Sie sich im nächsten Dezember auf die Schulter klopfen und erkennen können, was für wunderbare Quantensprünge Sie gemacht haben!

Herzliche Grüsse,

Yves Patak



## **Kleider als „Psycho-Medikament“?**

Zu Weihnacht und Neujahr gönnt man sich gerne mal etwas Schönes. Manche Leute tun dies allerdings das ganze Jahr über. Zu jenen ‚schönen Dingen‘ gehören oft Kleider und Schuhe.

Klar, jeder muss selber wissen, was er mit seinem Leben anfängt. Allerdings möchte ich hier einmal festhalten, dass ich schon ziemlich viele KlientInnen bei mir in der Praxis hatte, die ihre Kaufsucht zwar erkannten, aber nichts dagegen tun wollten, weil sie ja eben *\*süchtig\** auf jenes Hochgefühl sind, das sie - für sehr, sehr kurze Zeit - beim Kauf von Kleidern (oder Schuhen, Schmuck etc.) verspüren.

Im Vorwort erwähnte ich, dass es in unserem Leben um Entwicklung geht, und somit wage ich eine Frage zu stellen, die manche meiner LeserInnen in die Flucht schlagen wird: Kann es wirklich sein, dass wir westlichen Menschen dank eines ego-getriebenen Modediktats in einem Menschenleben so viel für Kleider, Schmuck etc. ausgeben, dass man damit eine Familie in einem Drittweltland *ein Leben lang* ernähren könnte? Dies, obwohl Kleidung - historisch gesehen - erstmals dem Wärmeschutz des Körpers diente, bevor der ‚Kleider machen Leute‘-Slogan in Aktion trat, lange, bevor wir Könige von

Bettlern anhand der Kleidung zu unterscheiden begannen, lange, bevor Prada, Gucci, Boss und andere gescheite Unternehmen erkannten, wie sich aus unserer Eitelkeit und unserem ziemlich kärglichen Selbstwertgefühl Kapital schlagen lässt?



Meine Meinung dazu: wer regelmässig viel Geld für neue Kleider ausgibt, die er/sie im Grunde nur prestigehalber und somit für sein *Selbstwertgefühl* braucht, der braucht keine Kleider, sondern Therapie. Unter dem Strich könnten solche Menschen schnell mal ein Vermögen sparen - und vor allem ein unendlich besseres Lebensgefühl entwickeln. Denn wer vor seiner Sucht zu fliehen versucht, bezahlt den Preis dafür meistens in Form eines latenten Unglücklichseins, das sich über die Jahre steigert, bis es unerträglich wird.

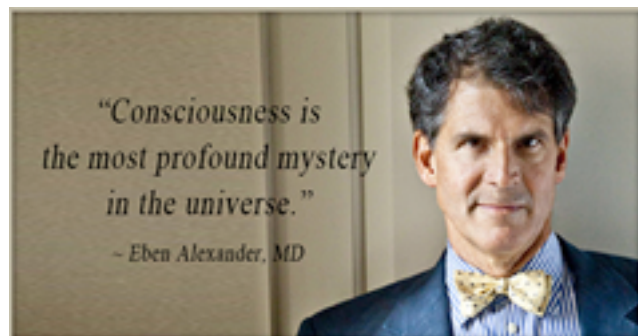
Also los, liebe YEP!-LeserInnen: auf zum Kleiderschrank. Betrachten Sie sich Ihre Kleider-, Schuhe- und Schmucksammlung... und gönnen Sie sich eine kleine philosophische Minute der Einsicht. Ich stehe allen Wandlungsfreudigen gerne zur Verfügung - egal, um welches Thema es schlussendlich geht!

## „Der Tod macht das Leben möglich“

Verzeihung, dass ich schon wieder mit einem so ‚gruseligen‘ Thema komme - aber was

erwarten Sie, wenn die ganze Welt immer nur von Tod und Teufel und Weltuntergang spricht!

Scherz beiseite, auch das hier ist ein sehr spannendes Interview



zur ‚anderen Seite des Lebens‘. Der Tod ist nicht für alle der grosse Spielverderber, sondern gehört einfach zu unserem Alltag - sei es in Form unserer Angst vor der eigenen Vergänglichkeit oder als der tatsächliche Tod von geliebten Menschen. In meinem letzten Newsletter zeigte ich Ihnen den äusserst spannenden Video mit Frau Dr. Jill Taylor, und obwohl ich diesen Januar-Newsletter (trotz Dauerthema Weltuntergang) nicht dem Tod widmen wollte, stolperte ich kürzlich über dieses äusserst interessante Interview mit Dr. Eben Alexander, einem Neurochirurgen, der ebenfalls ein Nahtoderlebnis hatte, das sein ganzes Leben verändern sollte. Klar, solche Erlebnisse bieten viele Menschen feil, aber dieses Interview kommt vom IONS, dem *Institute for Noetic Science*, über das ich früher bereits berichtete. Es handelt sich also um eine Quelle, die einen Ruf zu verlieren hat, wenn sie ihre Story-Hintergründe nicht sehr exakt auf Authentizität überprüft.

Momentan dreht Dr. Alexander den Film „Der Tod macht das Leben möglich“, um seine unglaublichen Erfahrungen mit anderen Menschen zu teilen.

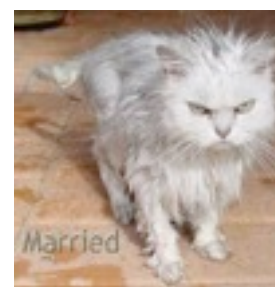
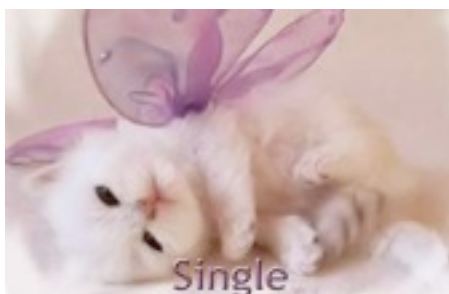
Hier das Interview (momentan leider nur auf Englisch):

[Dr. Eben Alexander](#)

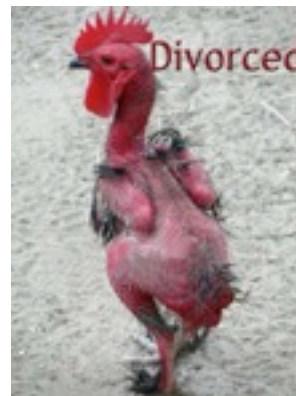
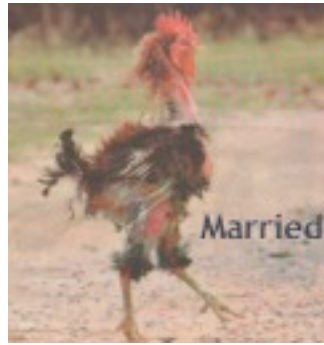
## Männer und Frauen - in drei Bildern

Wieder mal ein schönes Beispiel dafür, dass Bilder mehr sagen als tausend Worte...

*Women in three pictures:*



*Men in three pictures:*

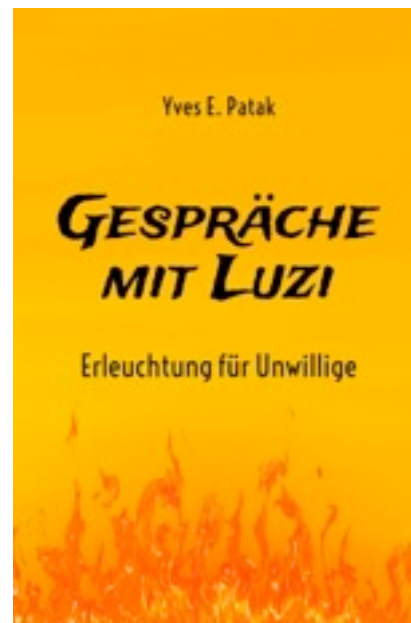


### **„Luzi“ macht die Runde!**

Es ist eine Freude zu sehen, wie „Luzi“, der ebenso teuflische wie weise Hauptcharakter aus meinem humorvoll-spirituellen Buch „*Gespräche mit Luzi*“, immer mehr LeserInnen aufrüttelt, erfreut und erleuchtet. Anbei das neuste Interview, dass sich der kleine Racker an Land gezogen hat:

#### **[Gespräche mit Luzi - das Interview](#)**

(und hier geht's zum [LUZI](#) auf Amazon)



### **EFT - Downloads immer gratis!**

Zur Erinnerung für diejenigen, denen ich die EFT-Methode (*Emotional Freedom Technique*) vielleicht vor längerer Zeit einmal beigebracht habe: falls Sie zwischendurch wieder mal einen Anlauf nehmen möchten (um mit dem Rauchen aufzuhören, Ihren Shopaholismus loszuwerden, Ihre Spinnenangst zu kurieren, was auch immer), das Instruktionsblatt jedoch verloren haben, können Sie dieses jederzeit gratis auf meiner Homepage herunterladen:

[www.yvespatak.ch](http://www.yvespatak.ch), von dort auf die Schatzkiste, wo Sie das EFT-

Rezept als PDF finden. Viel Spass und Erfolg auf dem Weg zur ‚Inneren Freiheit‘!

YEP!-Newsletter gratis abonnieren:

° Ich möchte den YEP!-Newsletter ab sofort gratis abonnieren: bitte [hier klicken](#).

° Ich möchte den YEP!-Newsletter meinen Freunden weiterempfehlen (oder meine noch-Freunde damit ärgern) = [hier klicken](#) und Email-Adresse des Opfers einfügen.

° Ich möchte auf weitere Erleuchtung verzichten und den YEP!-Newsletter ab sofort nicht mehr empfangen: bitte [hier klicken](#).



Verantwortlich für den Inhalt des YEP!-Newsletter:

Dr. Yves E. Patak

Bäumliweg 5

8157 Dielsdorf

[ypatak@bluewin.ch](mailto:ypatak@bluewin.ch)

Tel: 044 362 39 39

### **Post Scriptum**

Es ist eine Krankheit der Menschen, daß sie ihr eigenes Feld vernachlässigen, um in den Feldern der anderen nach Unkraut zu suchen.

Vicky Baum

Erfahrungen sammelt man wie Pilze: einzeln und mit dem Gefühl,  
daß die Sache nicht ganz geheuer ist.

Erskine Caldwell

Reich wird man erst durch Dinge, die man nicht begehrt.

Mahatma Gandhi