

Do-it-yourself Übung “Der Aufsteller”

- Fühlen Sie sich schlecht?
- Haben Sie Lust, nichts zu tun?
- Sehen Sie alles schwarz und hoffnungslos aus?

Der “Aufsteller” wird Ihnen das Leben und Aktivität zurückbringen, so dass Sie in der Lage sind, Dinge wieder ursächlich anzugehen und nicht länger Wirkung von Ihrer Umgebung sind.

Dies ist die beste Therapie überhaupt!

Schliessen Sie soviel Zyklen wie möglich ab, erledigen Sie alles, was liegen geblieben ist, z.B.:

- Spülen Sie das Geschirr, verräumen Sie es.
- Machen Sie Ordnung in der Wohnung oder im Garten.
- Bringen Sie alles an seinen Platz zurück.
- Putzen Sie, machen Sie die Wäsche, putzen Sie die Fenster, das Bad, etc.

Im Büro oder Geschäft:

- Nehmen Sie alles Liegende ab und arbeiten Sie es konsequent ab.
- Lassen Sie nicht zu, dass eine einzige Sache nicht gemacht wird.
- Lassen Sie sich nicht ablenken – durch nichts.
- Bleiben Sie dran.

Erkennen Sie, wo die Schmerzen herkommen! Auditing kann Schmerz beseitigen.

Eliminieren Sie den körperlichen Schmerz oder löschen Sie ihn aus, und auch die Verluste eines Lebens, und die Lebenskraft kehrt zurück. – L. Ron Hubbard

Bei irgendwelche Fragen oder für mehr Informationen kontaktieren Sie uns.