

ENDLICH FREI VON ZUCKER



Herausgeber: Digital Information LLC

Urheberrecht

Das vorliegende Buch ist in vollem Umfang urheberrechtlich geschützt. Der vollständige sowie der teilweise Nachdruck, die Verbreitung durch Fernsehen, Film, Rundfunk und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Datenverarbeitungssysteme und Tonträger jeder Art sind nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers gestattet.

Hinweis zur Form des Dokumentes

Leerzeilen und Umbrüche entstehen u. U. aufgrund der unterschiedlich genutzten Geräte wie Tablett-PC, Smartphone, Minitablett, Kindle, iPad usw. Der Autor hat auf diese Tatsache keinen Einfluss.

Haftungsausschluss

Die Inhalte des Dokumentes wurden nach bestem Gewissen des Herausgebers erstellt. Trotz größtmöglicher Sorgfalt können Fehler nicht ausgeschlossen werden. Der Herausgeber übernimmt aber keine Gewähr oder Haftung für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der enthaltenen Informationen und Inhalte. Der Leser/die Leserin ist für sein/ihr Handeln selbst verantwortlich. Es wird keine Haftung für mögliche Schäden übernommen, die direkt oder indirekt mit der Verwendung dieses Buches entstehen. Alle Empfehlungen und Vorgehensweisen sind nach bestem Wissen recherchiert. Jegliche Haftung ist somit ausgeschlossen. Dieses Buch ersetzt auch keine professionelle Beratung!

Hinweis zur vorgestellten Methode

Diese Methode ist kein medizinisches Produkt. Es kann keinesfalls die Konsultation eines Arztes oder Psychologen ersetzen oder verzögern. Wenn Sie der Meinung sind, dass Ihr Zustand es erfordert, wenden Sie sich unverzüglich an Ihren Arzt. Wichtig: Hören Sie die Audiospur niemals während der Fahrt, da ihre entspannende Wirkung Ihre Konzentration beeinflussen könnte.

Impressum

Digital Information LLC
1621 Central Ave
Cheyenne, WY 82001
United States

Alle Angaben ohne Gewähr

Herzlich willkommen!

Dieses Programm besteht aus einer effektiven Aufnahme, die Ihnen dazu verhilft, festgefahrene Ernährungsmuster zu ändern und sich so von gewissen Nahrungssüchten, wie zum Beispiel übermäßigem Zuckerkonsum, zu lösen.

So können Sie ohne das Gefühl des Verzichtes eine ausgewogenere, gesündere Ernährungsweise zu Ihren Verhaltensmustern hinzufügen, die Ihnen zu mehr Vitalität, Energie und Ihrem Idealgewicht verhilft.

Inhalt des Programms

Bei diesem Programm handelt es sich um eine Selbstmeditations-Sitzung, die Sie bequem im MP3-Format auf allen elektronischen Endgeräten (PC, Smartphone, MP3-Player oder Tablet) anhören können.

Für wen ist dieses Programm gedacht?

Es wurde speziell für Männer und Frauen entwickelt, die gewisse Süchte nach ungesunden (vor allem zuckerhaltigen) Lebensmitteln entwickelt haben und sich von diesen lösen wollen.

Es kann für alle Arten von Lebensmittel verwendet werden, zum Beispiel, wenn Sie Ihre Sucht nach Schokolade, Limonaden, Energiedrinks, Chips oder anderen kleinen Sünden loswerden wollen.

Wie wenden Sie dieses Programm richtig an?

Bevor Sie die Aufnahme anhören, ist eine kleine Vorbereitung notwendig.

Stellen Sie sicher, dass Sie einen Ort und eine Zeit finden, wo Sie vollkommen ungestört sind und nicht unterbrochen werden. Umso ruhiger die Umgebung ist, desto besser ist die Wirkung der Aufnahme.

Während Sie die Aufnahme anhören, sollten Sie sich in einer entspannten Atmosphäre befinden.

Nehmen Sie sich insgesamt mindestens 45 Minuten für die Anwendung Zeit, damit Sie nicht unter Zeitdruck stehen.

Wichtig ist, dass Sie nicht zu Müde sind und während der Anwendung einschlafen, da Ihr Unbewusstes so die Worte nicht aufmerksam verfolgen und aufnehmen kann.

Sollten Sie das Programm während des Tages anwenden und anschließend noch irgendwelche Verpflichtungen haben, stellen Sie sich ruhig einen Wecker. Es kann sein, dass Sie durch die tiefe Entspannung die Zeit ein wenig vergessen und evtl. ein bisschen einschlummern.

ACHTUNG: Natürlich sollten Sie diese Aufnahme nicht während der Autofahrt oder in irgendeiner Situation anhören, die Ihre volle Konzentration erfordert!

Emotionale Reaktionen

Sollten Sie sich in einer schweren Phase, zum Beispiel einer Trennungs- oder Trauerphase befinden, die Sie emotional ziemlich belastet, können auch solche Gefühle durch die Anwendung einer hypnotischen Aufnahme hervorkommen oder verstärkt werden.

Das ist in so einem Fall vollkommen normal, da Ihr Unterbewusstsein auch mit diesen Gefühlen konfrontiert wird.

Sie sollten in diesem Fall selbst entscheiden, ob Sie in der Lage sind, dieses Programm durchzuführen und wenn Sie sich unsicher sind, einen Arzt oder Therapeuten kontaktieren.

Wie oft sollten Sie dieses Programm anwenden?

Die Aufnahme kann bereits nach dem ersten Anhören effektiv sein und in Ihnen neue positive Verhaltensmuster verankern.

Abhängig von Ihrem Zuhören und Ihrer Umgebung kann es auch sein, dass Sie diese Aufnahme öfter hören müssen, um sich von bestimmten Lebensmitteln zu trennen, die Sie an Ihrem Wohlfühlgewicht und Ihrer Vitalität hindern.

Wann sollten Sie die Methode nicht anwenden?

In bestimmten Fällen sollten Sie zuerst eine Rücksprache mit Ihrem Arzt oder Therapeuten halten, bevor Sie die Methode anwenden.

Sollten Sie unter starken Depressionen, Paranoia, Schizophrenie und anderen psychischen Problemen oder auch Epilepsie leiden, kontaktieren Sie bitte einen Experten und klären Sie ab, inwiefern Ihr persönlicher Gesundheitszustand mit dieser Methode vereinbar ist.

Gibt es Nebenwirkungen?

In sehr seltenen Fällen kann es vorkommen, dass manche Personen sich beim Anhören der Aufnahme ein wenig wohlfühlen, da es zu Beginn eine ungewohnte Erfahrung sein kann.

Jedoch sollten Sie wissen, dass Sie stets die volle Kontrolle über Ihren Körper und Ihren Geist haben, sodass Sie die Aufnahme jederzeit anhalten können, wenn Sie sich nicht wohlfühlen.

Anmerkung

Ein möglicher Rückfall kann natürlich nicht zu 100% ausgeschlossen werden.

Es geht schließlich darum, die Verhaltensweisen zu beseitigen, die Ihr Übergewicht verursacht haben. Hin und wieder kann es vorkommen, dass Sie vielleicht in eine alte Verhaltensweise zurückfallen.

In diesem Fall können Sie einfach wieder zu der Aufnahme greifen und sich erneut daran erinnern, warum Sie dieses Verhalten nicht mehr dulden wollen und was Sie wirklich vom tiefsten Herzen glücklich machen (selbst wenn es manchmal ein wenig anstrengend ist).

Diese Methode ist Ihr Werkzeug, das Sie zu Ihrem dauerhaften Wohlfühlgewicht bringen kann.

Wenn Sie die neuen Verhaltensweisen zulassen und durch die Suggestionen in Ihrem Unterbewusstsein aufnehmen, können Sie Ihr persönliche Ziel erreichen!