



Visualisierung von Heilkräften

Diese Visualisierung ist für gesundheitliche Probleme gedacht, die sich nicht auf ein bestimmtes Organ lokalisieren lassen.

Wenn Du Deine gesundheitlichen Probleme genau ordnen kannst, ist die „Visualisierung für ein erkranktes Organ“ vielleicht eine bessere Alternative.

Hinweise zur Anwendung:

Wiederholungen verbessern die Wirkung. Solltest Du Deine gesundheitlichen Probleme schon lange haben, dauert die Besserung entsprechend länger.

Entspannung:

Zum Gelingen einer Visualisierung ist die Entspannung sehr wichtig. Deshalb beginnen alle auf GedankLicht angebotenen Visualisierungen mit einer Entspannungseinleitung. Kannst Du entspannen, hast Du durch den sogenannten Alpha-Frequenz-Bereich Deines Gehirnes Zugang zu Deinen unterbewussten Anteilen.

Solltest Du am Anfang Deiner Visualisierungsübungen nicht genügend entspannen können, wird das Ergebnis Deiner Visualisierungen sicherlich nicht optimal ausfallen. Trotzdem lohnt es sich unbedingt dran zu bleiben, denn Entspannung kann Dein Gehirn lernen.

Ruhiger Raum:

Stelle sicher, dass Du während der Visualisierung nicht gestört wirst. Am besten stellst Du Dein Handy aus und kündigst ggf. allen Familienmitgliedern/WG-Bewohner etc. an, dass Du die nächste halbe Stunde auf keinen Fall gestört werden willst.

Wiederholung:

Bei größeren gesundheitlichen Problemen, solltest Du diese Visualisierung zur täglichen Übung machen. Du wirst die Wirkung bald spüren und dadurch motiviert sein, dran zu bleiben.

Wenn Du diese Visualisierung verinnerlicht hast, kannst du sie jederzeit ohne Mp3 durchführen.

Warnhinweise:



Diese Visualisierung ersetzt niemals eine adäquate schulmedizinische Behandlung. Sie ist als Begleitung und Ergänzung einer medizinischen Behandlung gedacht.

Von einem Heilversprechen distanzieren wir uns.

Für mehr als 95% aller Menschen ist diese Visualisierung völlig harmlos.

Abraten müssen wir Dir, wenn Du folgende Diagnosen hast oder in folgenden Situationen bist:

- **Schizophrenie**
- Eine **klinische Depression**, die eine Medikamenten-Einnahme erfordert.
- Bei Einnahme von Psychopharmaka,
- Schwere Persönlichkeitsstörungen
- Drogenabhängigkeit, Alkoholabhängigkeit, Medikamentenabhängigkeit
- Epilepsie und ähnlichen Anfallserkrankungen
- Erkrankungen des zentralen Nervensystems z.B. schwere Verletzungen des Gehirns
- In den ersten 2 Monaten nach Schlaganfällen und nach Herzinfarkten



- Bei schwersten Herzerkrankungen
- unter einer aktuellen Thrombose
- **Keine Anwendung im Straßenverkehr (Die Anwendung sollte nur Zuhause erfolgen)**
- **Keine Anwendung bei der Arbeit, insbesondere bei der Arbeit an Maschinen und Geräten**
- **Keine Anwendung unmittelbar bevor Du am Straßenverkehr teilnimmst oder Du gefährliche Maschinen bedienst.**

Gedank-Licht.de übernimmt keine Haftung.

Die Anwendung der Visualisierung erfolgt eigenverantwortlich.

