

CHANGENOW.DE

André Loibl's

Energie Quickies

a Kanga Studios Production

Herzlich willkommen! :-)

Mit diesen Audios kannst Du mehr und mehr Energie in Dein Leben bringen. Jaaaa! :-) Mehr Sönnchen und Lebensfreude für Dich! :-)

Du lernst in den einzelnen Übungen, wie Du schnell mehr Energie bekommst. Und wir gehen sogar noch einen Schritt weiter.

In der Übung „Energie Quickie“ lernst Du Dich mit Deiner inneren Lebensenergie zu verbinden. Sei gespannt, was das alles verändern kann. :-)

Du kannst gleich schon loslegen und Dir Deine erste Übung anhören.

Vorher noch ein paar kurze Hinweise:

Wenn Du Fragen hast, schreibe mir einfach eine Nachricht über:

<http://changenow.de/vip/support>

Mein Team und ich helfen Dir dann gerne weiter.

Wichtige Hinweise

(auch bekannt als: Der Beipackzettel :-)

Höre dieses Audios NICHT, wenn Du Auto fährst - oder wenn Du einer anderen Tätigkeit nachgehst.

Nimm Dir Zeit für Dich. Setze Dir ein paar Kopfhörer auf - oder dreh die Anlage auf und dann tanke frische neue Energie! :-)

Du kannst das Hören dieser Audios übrigens jederzeit unterbrechen wenn Du willst und Du wirst Dich immer wach, klar und voller Energie fühlen!

Wie nutzt Du diese Audios am Besten?

Am Besten startest Du mit der Übung, die Dich intuitiv am Meisten anspricht. Du kannst aber auch einfach die Reihenfolge durchgehen.

Du bekommst in den nächsten Wochen einmal in der Woche eine E-Mail, in der ich Dir eine Übung besonders ans Herz lege.

Das heißt, Du kannst jetzt starten, alles ausprobieren - oder Du kannst eine Übung pro Woche machen.

Mach es einfach so, wie es für Dich am Besten passt.

Was ist noch zu beachten?

Wenn Du die Übungen zum ersten mal hörst, kann es sein, dass Du Dich danach vielleicht etwas müde fühlst – das ist völlig normal und auch total okay, Dein Körper und Dein Geist gewöhnen sich grade an die Umstellung auf das neue Energie Niveau... Es werden neue neuronale Netze in Deinem Gehirn gebildet, alte Dinge werden losgelassen - und das kostet etwas Energie! :-)) Wichtig ist dann, dass Du Dir einfach die Zeit gibst, die Du brauchst... wie gesagt, das *kann*, muss aber nicht passieren.

Wenn Du Fragen hast, Anregungen, Lob, Kritik, was auch immer, schreib mir einfach. Ich versuche dann, Dir so schnell wie möglich zu helfen – oder mich so schnell wie möglich zu freuen – je nachdem... ;-)

<http://changenow.de/vip/support>

Dieses Programm ist in keiner Weise irgendwie als ein Ersatz für eine ärztliche, psychologische oder therapeutische Untersuchung und/oder Behandlung zu sehen. Es kann Dich in vieler Hinsicht sehr gut unterstützen, dennoch ist dieses Programm niemals ein Ersatz für eine Behandlung oder Beratung. Du bist Dir darüber im Klaren, dass Du dieses Programm in eigenverantwortlicher Weise und nach Deinem eigenen Ermessen durchführst. Ich werde keine Verantwortung für Deine Erfahrungen oder Deine Handlungen übernehmen.

Dieses Programm ist völlig harmlos und bedenkenlos, ich kann jedoch nicht überprüfen, in welchem Zustand Du Dich körperlich als auch geistig befindest, wenn Du die Übungen machst. Ich kann auch nicht überprüfen, wie tief Du reingehst in die Übungen oder wie oft Du sie machst. Wenn Du also irgendwelche Bedenken hast, oder Dich in irgendeiner Weise nicht fit fühlst, dann warte

mit dem Hören noch bis es Dir wieder gut geht! Wenn Du dazu noch Fragen hast, kannst Du mir jederzeit gerne schreiben.

<http://changenow.de/vip/support>

Und am Besten schreibst Du mir, sobald Deine Fragen auftauchen, denn ich will, dass Du Dich mit diesem Programm rundum wohl fühlst...

Sollte es tatsächlich einmal vorkommen, dass Du Dich nach dem Hören nicht so gut fühlst (z.B. Unwohlsein, leichter Schwindel, Kopfschmerzen oder wenn Du das Gefühl hast, die Energie ist nicht gut verteilt in Deinem Körper), dann gibt es ein paar ganz einfache Mittel, die Dir sofort helfen:

Stell Dich hin und atme über die Nase ein und über den Mund wieder aus. Dabei sollte das Ausatmen ungefähr doppelt so lang dauern wie das Einatmen. Außerdem stell Dir vor, Du würdest durch Deine Fußsohlen ein- und wieder ausatmen. Vom bzw. bis zum Mittelpunkt der Erde. Das hilft auf jeden Fall sofort!

Du kannst Dich auch einfach ein bisschen körperlich bewegen, geh laufen, spazieren, tu was im Garten, schnapp Dir den Hund, Deine Frau, Deinen Mann, Deine Kinder, die Nachbarin, wen auch immer und geh mit ihm/ihr/ihnen an die frische Luft – geh raus und bewege Dich, fühl die Natur, springe ins Laub, in Pfützen, umarme einen Baum, lege Deine Hände auf eine Wiese, schnupper an einem Gänseblümchen, buddel ein Loch in den Boden, wenn Du Lust hast - einfach in Kontakt kommen mit der Natur...

oder tu, was Du sonst auch tust, wenn Du Dich ähnlich fühlst.

Das Gefühl wird ziemlich schnell verschwinden

Diese Hinweise dienen nur Deiner Sicherheit – bei den meisten Menschen passiert nichts von alledem. Sie fühlen sich einfach nur viel viel besser und Energie geladener nach den Übungen.

Außerdem möchte ich, dass Du weißt, dass ich Dich als einen Menschen respektiere, der sich gut genug kennt und bereit und in der Lage ist, für sein Tun, sein Handeln und auch sein Nicht-Handeln die volle Verantwortung zu übernehmen.

So wie Du jetzt die Verantwortung für Dich übernommen hast und Dich auf den Weg gemacht hast, mehr Energie in Dein Leben zu bringen! Jaaaa! :-)

Wenn Du mit diesen Bedingungen nicht einverstanden sein solltest – warum auch immer ;-) - dann lösche dieses Programm jetzt von Deiner Festplatte, Deinen Playern und sonstigen Medien und höre es Dir NICHT an.

So, nu aber genug des Vorworts, jetzt geht's endlich los mit Deiner ganz persönlichen Ausgabe von den „Energie Quickie“ . Denn es ist Zeit, endlich mehr Energie in Deinem Leben zu haben. Jetzt. Mehr Lebensfreude, mehr Leichtigkeit und Hüpfigkeit für Dich! :-)

Ich wünsche Dir viel Spaß und viiiiiiel Energie!

Und sei gespannt, auf all die positiven Veränderungen, die sich jetzt in Deinem Leben zeigen können...

Liebe Grüße und bis gleich! :-)

Dein André



P.S.: Fragen einfach an <http://changenow.de/vip/support> schreiben.