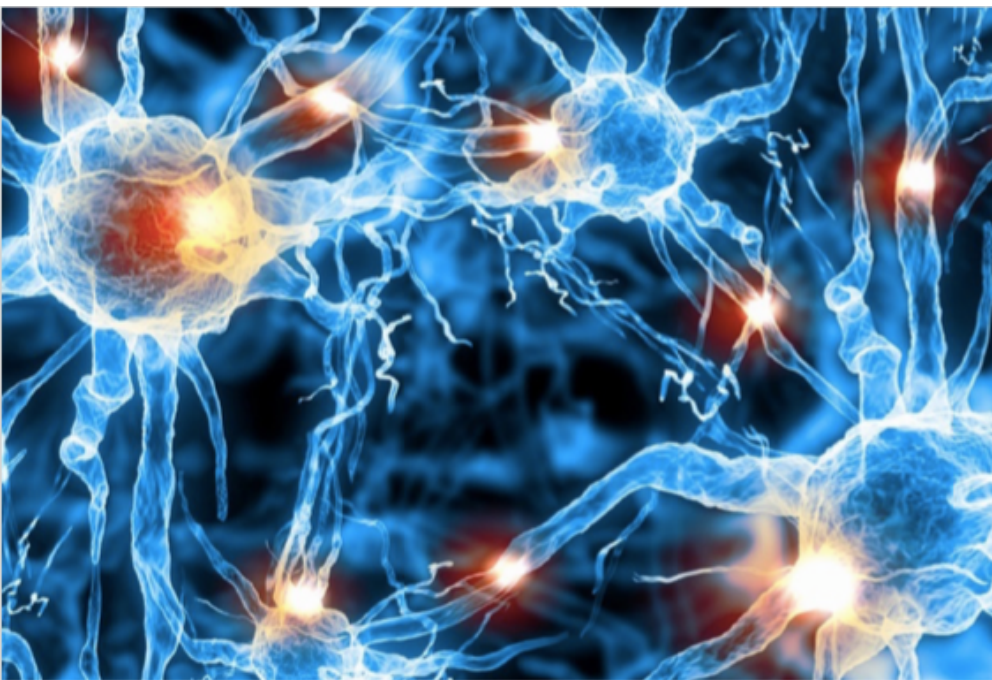




ANWENDUNG DER BBTS

Neben dem Gebrauch der Audios sollten Sie noch aktiv mit Ihren Gedanken spielen.

Das Beste was Sie tun können um den Effekt noch mehr zu verstärken ist folgendes:

- Stellen Sie sich jeden Tag bei 5 Ihrer besten Affirmationen vor Sie seien schon am Ziel angelangt und Sie hätten die spezifischen Träume bereits verwirklicht.
- Versetzen Sie sich in einen Meditationszustand, dafür können Sie das Audio „Absolute Meditation“ gebrauchen.
- Sie können Affirmationen auch mit einem Bild unterstützen.
- Wenn Sie also ihre Lernerfolge optimieren wollen, verwenden Sie als Hintergrundbild das Ziel welches Sie erreichen wollen und welches Ihren Traum verkörpert.
- Das fördert enorm die Motivation und programmiert Sie ebenfalls auf Ihr Ziel hin.

WICHTIG: Billige Geräte (PC-Speaker etc.) geben manchmal nur den Hörbereich bis 16.000 Hz wieder, dann funktionieren die Audios nicht. Die Wiedergabe über Kopfhö-