

*Ihre neuen metabolic balance® Glaubenssätze
Sie helfen Ihnen, Ihr Ziel schneller und angenehmer zu erreichen
Bitte lesen Sie die Sätze vor dem Anhören der CD einmal durch.*

Meine Zellen nehmen sich genau das aus der Nahrung, was sie brauchen, um ihre Aufgaben im Körper leichter erfüllen zu können. Ich vertraue meiner Körperintelligenz, dass sie den optimalen Gesundheitszustand herstellt, das optimale Körpergewicht. Ich entscheide mich dafür, meinen Körper auf mein ideales Wunschgewicht zu bringen. Ich fühle mich wohl. Mit Leichtigkeit verliere ich Gewicht. Ich fühle mich in meinem Körper wohl. Meine Organe funktionieren optimal. Die Verarbeitungsprozesse und Heilprozesse in jeder Zelle setzen nun ein. Ich bin schlank und fit, jeden Tag mehr und mehr. Mein Körper verändert sich. Mein Magen verändert sich, stellt sich auf die neuen Essensmengen ein. Jeden Tag gewöhne ich mich mehr und mehr an die Vorgaben meines metabolic-balance®-Planes. Ich bin satt. Ich fühle mich leichter und leichter. Ich habe mein Wunschgewicht. Ich esse langsam und bewusst. Ich kaue und genieße jeden Bissen. Ich ernähre mich gesund. Ich halte mich an den metabolic-balance®-Plan. Ich fühle mich von Tag zu Tag wohler. Ich esse drei Mahlzeiten am Tag. Ich beginne mit dem Eiweißanteil. Ich esse die für mich optimalen Nahrungsmittel. Mein Körper verbrennt das überschüssige Fett. Ich trinke ausreichend Wasser. Wasser hilft mir die Schlacken und Schadstoffe auszuschwemmen. Ich genieße es in meinem Körper zu sein. Von Tag zu Tag fühle ich mich wohler. Mein Körper ist mein ideales Zuhause. Ich pflege meinen Körper. Ich achte auf das was ich esse. Ich bin satt. Mein Leben ist erfüllt von Freude. Ich bin leistungsstark. Mein Stoffwechsel reguliert sich jeden Tag und jede Nacht. Ich erreiche meine Ziele. Ich liebe meinen Körper. Ich bin schlank, fit und vital. Mit jedem Tag an dem ich meinen Essensplan einhalte, fühle ich mich wohler und wohler. Ich bin kraftvoll, lebendig und gesund. Meine Formen und Rundungen sind attraktiv und ästhetisch. Ich liebe es mich anzusehen. Mit jedem Tag komme ich meiner Idealvorstellung näher und näher. Ich bin glücklich und zufrieden. Ich bin befreit, kraftvoll, schön. Ich nehme mich an. Ich umarme mich. Mit jedem Tag mehr und mehr.


metabolic balance
ganzheitliches Stoffwechselprogramm

DAS ERFOLGREICHE PROGRAMM ZUR

ganzheitlichen Stoffwechselstärkung und Gewichtsregulierung

Die CD

zur mentalen und emotionalen Unterstützung
Gesprochen von Romana Kreppel
Aufgenommen und bearbeitet von SoundARTs - Gerhard Novak

Musik: "The Morning Song" mit freundlicher Genehmigung von Neptun Media GmbH München



Die CD zur Unterstützung Ihrer Stoffwechselregulation

STOFFWECHSELPROGRAMM & GEWICHTSREGULATION

metabolic balance® hilft Ihnen, Ihren Stoffwechsel zu regulieren und dadurch auch überflüssiges Gewicht zu reduzieren. Grundlage ist ein persönlicher Ernährungsplan. Dieser wird an Hand der individuellen Angaben und Laborwerte erstellt. Mit den für Sie speziell ausgewählten Lebensmitteln werden Ihrem Körper die Baustoffe zugeführt, die für einen ausgeglichenen Stoffwechsel- und Hormonhaushalt sorgen. Als Nebeneffekt kommt es nicht nur zu einer Gewichtsreduktion, sondern auch zu Verbesserungen von Vitalität und Leistungsfähigkeit.

Bei Interesse wenden Sie sich an einen metabolic balance® Berater in Ihrer Nähe.
Informationen über: www.metabolic-balance.de

MENTALTRAINING & SUBLIMINALE WAHRNEHMUNG

Alle 3 Sekunden „feuert“ unser Gehirn einen Gedanken ab, der zu einer Emotion und diese zu einem körperlichen Befinden führt. Haben Sie sich schon einmal gefragt, wieso Sie so denken, wie Sie denken? Wissenschaftler haben herausgefunden, dass wir von den täglichen 50.000 Gedanken nur drei bis fünf Prozent neue Gedanken denken, der Rest wird ständig wiederholt. Noch dazu sind 90% der Gedanken nicht konstruktiv, sondern destruktiv. Kennen Sie Sätze wie: „ich kann nicht“, „ich bin hässlich“, „nichts gelingt mir“, „ich bin zu dick“, „das Leben ist mühsam“...? Geprägt werden die Gedanken von Eltern, Familie, Kultur und

Umfeld. Das Gute ist: Diese Prägungen können Sie wieder ändern! Genauso wie Sie solche negativen Gedanken angenommen haben, können Sie neue positive Glaubensmuster erlernen. Die subliminale Wahrnehmung hilft Ihnen dabei. Sie unterstützt die Aneignung konstruktiver, positiver und Ihnen hilfreicher Glaubensmuster und erleichtert Ihnen dadurch ein Umlernen. Die ständigen Wiederholungen der subliminal unterlegten Glaubenssätze sind nicht direkt hörbar, werden aber von Ihrem Unterbewusstsein aufgenommen. Sie wirken als würde ständig jemand zu Ihnen sagen: „Du bist toll!“, „Du kannst es!“, „Du bist großartig!“. Dies wiederum wirkt auf Ihre Gedanken, Ihren Körper und verursacht positive Gefühle. So ist es möglich durch oftmaliges Hören der CD den Prozess des „Gesundwerdens“ und der Gewichtsregulation positiv zu beeinflussen.

Fangen Sie am Besten gleich damit an: Lesen Sie bitte zuerst die Glaubenssätze einmal laut durch, bevor Sie die CD hören. Dann setzen oder legen Sie sich in eine bequeme Position, in der Sie gut entspannen können. Nun lauschen Sie der Stimme auf der CD. Genießen Sie die einsetzende Entspannung und die Anweisungen an Ihr Unterbewusstsein.

