

Im Oktober: Glaube versetzt Berge

Die schnelle  Übung für den Alltag

Glaubenssätze (Beliefs) sind deshalb so hartnäckig, weil sie keine Alternativen zulassen. Man kann Glaubenssätze jedoch abschwächen, indem man sie überlistet:

1. Einen negativen Beliefsatz nehmen und das Gefühl dazu im Körper lokalisieren.
2. Einen neuen, parallel zum ersten positiv formulierten Beliefsatz finden.
3. An eine Situation erinnern, in der der positive Belief zutrifft: Das dazugehörige positive Gefühl im Körper lokalisieren.
4. Das positive Körpergefühl (des positiven Beliefs) so intensiv wie möglich beibehalten, während der negative und der positive Beliefsatz immer schneller abwechselnd nacheinander gesprochen werden.
5. Test: Der negative Beliefsatz wird als nicht mehr stimmig oder als nicht mehr so mächtig empfunden. Wahlmöglichkeiten sind jetzt vorhanden.



Aus unserem aktuellen Fortbildungsangebot

NLP-Ausbildungen

- 29.10.:** Beginn der Practitioner-Ausbildung in Balingen.
Neu: Modul 1 und 2 können separat gebucht werden.
- 23. 11.:** Beginn der neuen Master-Ausbildung in Kirchentellinsfurt.
- 07. 12.:** Die Coaching-Ausbildung startet.

Seminare

- 08.10.:** Fair und erfolgreich verkaufen
- 15.10.:** **1 Tag für die Gesundheit**
- 29.10.:** Zeitmanagement für Chaoten

Impuls-Treffen

27.10.: 19 Uhr in den Räumen der Neuen Arbeit im Französischen Viertel in Tübingen. Teilnahme unverbindlich. Voraussetzung: Teilnahme an NLP-Einführungskurs.

NLP-Reflex

Der Tempel der tausend Spiegel

Es gab in Indien den Tempel der tausend Spiegel. Er lag hoch oben auf einem Berg und sein Anblick war gewaltig. Eines Tages erklimmte ein Hund den Berg und betrat den Tempel. Als er in den Saal der tausend Spiegel kam, sah er tausend Hunde. Er bekam Angst, sträubte das Nackenfell, klemmte den Schwanz zwischen die Beine, knurrte furchtbar und flitschte die Zähne. Und tausend Hunde sträubten das Nackenfell, klemmten die Schwänze zwischen die Beine, knurrten furchtbar und flitschten die Zähne. Voller Panik rannte der Hund aus dem Tempel und glaubte von nun an, dass die ganze Welt aus knurrenden, gefährlichen und bedrohlichen Hunden bestehe.

Einige Zeit später kam ein anderer Hund. Auch er stieg die Stufen hinauf und betrat den Tempel der tausend Spiegel. Als er in den Saal mit den tausend Spiegeln kam, sah auch er tausend andere Hunde. Er aber freute sich. Er wedelte mit dem Schwanz, sprang fröhlich hin und her und forderte die Hunde zum Spielen auf. Dieser Hund verließ den Tempel mit der Überzeugung, dass die ganze Welt aus netten, freundlichen Hunden bestehe, die ihm wohl gesonnen sind.