

Das Unbewusste nutzen

(nach Dr. Dieter Bischof)

1. Signale

Das Unbewusste sendet jederzeit und laufend Signale ans Bewusste:

Gefühle, Symptome, Träume, Gedanken, Zufälle, Unfälle

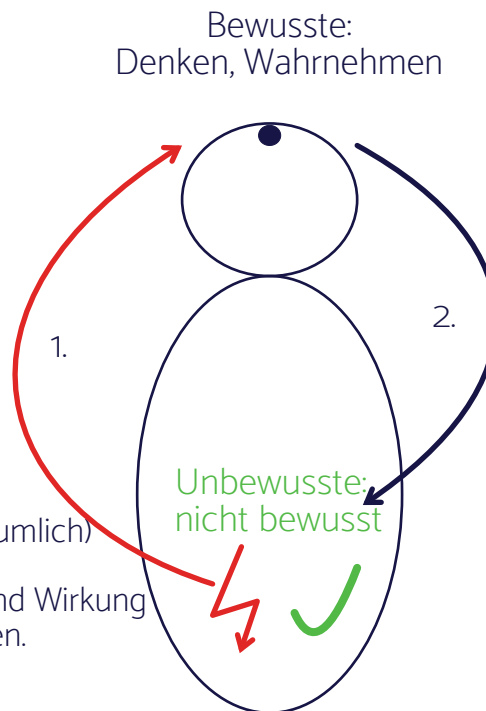
damit die eigenen Themen bearbeitet werden.

Das Unbewusste:

- steuert und speichert alles
- ist mit allem verbunden
- ist unendlich (zeitlich und räumlich)
- weiß alles
- funktioniert nach Ursache und Wirkung
- kann bewusst genutzt werden.

Glaubenssätze, Prägungen, Schatten, Traumata, Wut, Ängste, Systemgesetzverletzungen etc.

Urvertrauen, ++Power, Freude, Lebensenergie etc.



2. Fragen ans Unbewusste:

1. Was ist die positive Absicht (das Gute) dieses Signals?
2. Was muss ich tun, damit dieses Signal nicht mehr nötig ist? Antworten sind oft spontan, z. B. als Gedanken, Gefühle, Impulse.
3. Ist die Antwort klar, handeln. Fehlt eine konkrete Handlungsanweisung, weiterfragen: Was genau ...?
4. Solange weiterfragen, bis ein konkretes Handeln möglich ist.
5. Abschlussfrage: ist das alles, was ich tun soll? Wenn ja, dann handeln. Wenn nein: Was muss ich noch tun?

Stimmig - unstimmig: Denk- und Basisgefühle nutzen

1. Wunsch/Ziel

Das Denken beeinflusst das Unbewusste, z. B. positives/negatives Denken, Wünschen, Ängste, Zweifel, Entscheidungen etc.

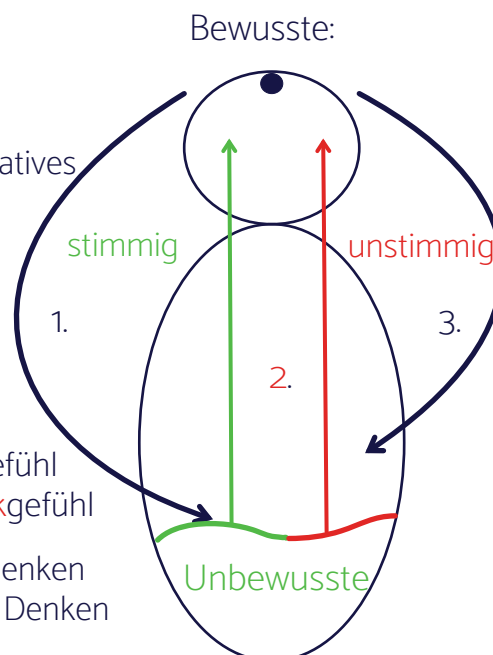
2. Antwort

Das Unbewusste sendet als Antwort zum Wunsch/Ziel "stimmig" oder "unstimmig"

Stimmig: Basisgefühl = Denkgefühl

Unstimmig: Basisgefühl ≠ Denkgefühl

Basisgefühl: Unabhängig vom Denken
Denkgefühl: Entsteht durch das Denken ("Kopfkino")



3. Unstimmig? Fragen ans Unbewusste:

1. Was muss ich tun, damit es stimmig ist/wird?
2. Fragen 3 - 5 von oben. Bitte um Lösung: Zeige mir den richtigen Weg/eine Lösung für mein Thema. Bitte um Exzellenz: Bitte stell mir für das kommende Thema Verhalten & Fähigkeiten zur Verfügung, das /die ich in 5 gleichen erfolgreichen Situationen hatte. Generelle Bitte: Lass es sehr gut werden und sein.