**Wichtige Hinweise für einen erfolgreichen Workshop:**

****

Suche dir einen geschützten, ruhigen Ort, an dem du es dir bequem machst. Lege dir eine Decke bereit, damit du nicht zu frieren beginnst, wenn du länger still sitzt oder liegst.

Du kannst dir die Aufnahmen im Sitzen oder Liegen anhören, je nachdem, wie es sich für DICH gerade richtig anfühlt.

Solltest du während des Abspielens der jeweiligen Aufnahme einschlafen und über deinen Verstand nichts von den Ausführungen mitbekommen, macht das nichts. Du kannst sicher sein, dass die Töne bzw. Tonfrequenzen dich am Verstand vorbei dort erreichen, wo sie dich unterstützen können.

Gib dir jeweils nach dem Anhören einer Datei mit Energiearbeit (02,04, 06) ausreichend Zeit, die Schwingungen nachwirken zu lassen (ca. 30 Minuten).

Du kannst die Arbeit mit den einzelnen Aufnahmen auch wiederholen, wenn dir danach ist. Folge einfach deinem Gefühl.

Herzliche Grüße   
Christine Warcup