



Dauer: 30 Minuten

Augen: geschlossen

Kopfhörer: Nicht nötig, obgleich empfohlen. Man könnte es also auch mit Lautsprechern anhören.

[Link] zur Info-Seite mit der Möglichkeit zum Reinhören

Übrigens: Die Zukunft schauen ähnelt der *Co-Creation Galaxie*, richtig.

Die Eine arbeitet eben lieber mit Wörtern - und der Andere mit Bildern!

Was ist das Besondere an dieser Sendung? Die Beat-Frequenz dieser Sendung hilft beim Visualisieren. Die bildliche Vorstellungskraft wird bei dieser Sendung gefördert. Der Clou an dieser Sendung ist zudem, dass der „Kurz-nach-dem-Aufwachen-Zustand“ dank Neuro-Technik jederzeit künstlich herbeigeführt werden kann.

Für wen am besten geeignet? Die Zukunft schauen eignet sich insbesondere für Menschen, die ihre eigene Zukunft gestalten wollen, konkrete Ziele haben, und diese Ziele unbedingt erreichen wollen bzw. *müssen*.

Es geht eine magische Kraft von Bildern aus, die man sich sehlich und freudiger Erwartung herbeiwünscht und sich vorstellt. Man imprägniert quasi das Quantenfeld mit seinen Bildern, woraufhin sich die Bilder (irgendwann in der Zukunft) in der Realität physisch manifestieren.

Ich sage immer: Jeder Wunsch (jedes Wunschbild) geht in Erfüllung - die Frage ist nur wann. Außerdem: Man sei vorsichtig mit seinen Wünschen. Sie tendieren dazu, wahr zu werden.

Woraus besteht diese Sendung? Isochrone Beats und dazu Musik Die Show startet bei ruhigen 14 Hertz und dreht dann gemächlich innerhalb von fünf Minuten auf das 10 Hz-Plateau. Dort verweilen wir eine Weile, bis wir ab Minute 24 wieder in schnellere Gefilde stoßen. Am Ende heißt es: 16 Hz, aufwachen und danke!

Wann hören? Das ist egal. Ich würde es zur Erholung tun, und das kann jederzeit sein.

Wie hören? Man sollte sich gegen Störungen von vornherein absichern.

Ansonsten gilt: Ruhige Ecke, bequeme Lage, Augen zu - und los geht's!

Idealerweise weiß man, was man visualisieren wird und geht selbstverständlich nicht in die Session nach dem Motto "Mal sehen was ich sehe."

Worauf beim Hören achten? Unbedingt die Kontrolle über die Bilder behalten!

Wann erfolgt eine Wirkung? Woran erkenne ich sie? Wenn das Bild erstmal steht, ist alles super. Wenn es eines Tages Realität wird, ist die Wirkung maximal. Also Vorsicht beim Visualisierten! Es hat die Tendenz, sich zu manifestieren, also Wirklichkeit zu werden.

Was kann ich falsch machen? Das Bild täglich zu ändern wäre kontraproduktiv. Und Zensur im Kopf zu betreiben (auch unterbewusst) wäre fatal. Das Visualisieren soll sich nicht nach Arbeit anfühlen, sondern muss leicht und mit Spaß passieren. Das Universum hat keine Lust auf Krampf.

Du kannst deine bildliche Vorstellungskraft jederzeit zu deinem Vorteil einsetzen, indem du dir ein Bild von dir oder deiner Zukunft machst, das dir gefällt, und das du anstrebst.

Auch wenn das Bild unerreichbar scheint: Stell es Dir so genau, scharf und präzise vor wie Du kannst, und behalte das Bild aufrecht und stabil.

Gucke es Dir auch aus allen möglichen Perspektiven an.

Und spiele mit dem Bild: Ändere Größe, Farbe, Form, Schärfe, Entfernung, Rahmen, Perspektive, Bewegung im Bild, und so weiter. Bis Du das perfekte Bild hast, was Dir maximal Kraft schenkt.

Manchmal guckt man beim Visualisieren durch die eigenen Augen in die Welt, und sieht seine eigenen Hände und die Nasenspitze (das nennt man "assoziiert")...

Und manchmal sieht man sich selbst von außen, völlig losgelöst von sich selbst, so als wäre man ein neutraler Betrachter (dies nennt man "dissoziiert") – je nach Vorliebe, Intuition und Tagesform.

Beides ist möglich und "richtig".

Idealerweise lädst du dein Bild mit Emotionen auf.

Mit kindlicher Freude, Liebe, tanzendem Eifer, mit Herzpochen, Wärme.

Man darf beim Visualisieren nicht verkrampfen.

Ein absolut wichtiger Punkt beim Visualisieren ist das richtige "Loslassen."

Man muss das Wunschbild an einem bestimmten Punkt sogar verabschieden, es gehen lassen. Und dies macht man am besten mit ehrlicher und großer Dankbarkeit.

Dankbarkeit ist der Schlüssel.

Das Herz ist die Quelle der Dankbarkeit, nicht der Kopf!

Bedanke Dich dafür, dass das Wunschbild Wirklichkeit geworden ist bevor es Wirklichkeit geworden ist.

Hast Du diesen kleinen raffinierten Schritt kapiert?

Wenn nicht, dann lies den letzten Satz so lange, bis du einen „Aha!“-Effekt verspürst.