

Guide zur Inventur deiner Glaubenssätze

ANNENERGY



Guide zur Inventur deiner Glaubenssätze

Erhalte Einblicke in dein Bewusstsein und in die Macht, die dahinter liegt.

Wohlhabende Menschen wissen um diese Macht und nutzen sie. Ich zeige dir hier, wie das geht und warum dein Leben so ist, wie es ist. 😊

Nachdenken verbraucht Energie - Glaubenssätze sparen Energie.

Unsere Glaubenssätze sind hilfreich, wenn wir schnelle Entscheidungen treffen müssen.

Wir können, ohne nachzudenken, einfach handeln und entscheiden.

Stelle dir dein Gehirn wie eine Autobahn vor mit mächtig vielen Straßen. Jedes Erlebnis bildet eine neue Straße. Wenn du etwas häufig wiederholst, wie z.B. Autofahren, wird die Autobahn sehr breit. Wenn du etwas nur einmal machst, wie z.B. einen Baum hochklettern, wird die Straße zu einem dünnen Trampelpfad. Das ist dir nicht bewusst, aber deinem Unterbewusstsein schon.

So kann es vorkommen, dass du dir die Zähne putzt und dabei auf Autopiloten bist und dich nachher nicht mal daran erinnern kannst.

Viele kennen das vom Autofahren. Du kommst zu Hause an und kannst dich nicht mehr an die zurückgelegte Strecke erinnern. Du bist so häufig schon nach Hause gefahren, dass deine Autobahn in deinem Gehirn mächtig ausgebaut ist und du alles wie automatisch machst.

Wenn du im Alltag eine Entscheidung treffen musst, werden automatisch deine Erinnerungen dazu abgerufen.

Du denkst gar nicht mehr darüber nach, eine bestimmte Strecke nach Hause zu meiden, wo du schon häufiger im Stau gestanden hast.

Dabei ist es egal, um was für Entscheidung es geht.

Wie du dich positionierst in deinem Leben, ist davon genauso betroffen, wie die Entscheidung, ob du abends noch ausgehst, oder nicht.

Dein Unterbewusstsein, deine Glaubenssätze helfen dir.

Der Körper ist sehr ökonomisch. Es verbraucht weniger Energie, sich auf bereits gemachte Erinnerungen zu stützen, als darüber nachzudenken.
Stelle dir vor, du müsstest über jede Entscheidung wirklich erst lange nachdenken.
Puh - das braucht Zeit und Energie.






Ob es dabei um das Eis von der Eisdiele geht oder wer der neue Mitarbeiter wird, ist egal - deine Erfahrungen sprechen immer mit.

Wir können, ohne nachzudenken, einfach handeln und entscheiden.






Inventur deiner bewussten Glaubenssätze

– mache einfach einen Hacken hinter die Überzeugungen, wo du sofort zustimmen kannst:






Selbstliebe

1. Ich liebe mich. 
2. Ich bin wertvoll. 
3. Ich bin die beste Version meiner Selbst. 
4. Ich kenne meine Mitte und kann sie verteidigen 
5. Voller Dankbarkeit nehme ich mein Leben an. 

Stress

1. Ich bleibe gelassen, wenn das Leben an mir zehrt. 
2. Ich kenne meine Grenzen und respektiere sie. 
3. Ich weiß, wann ich Pausen brauche und nehme sie mir. 
4. Mir ist egal, was andere über mich sagen. 
5. Ich könnte mich jetzt tierisch aufregen, bin aber nicht dazu verpflichtet 

Finanzen/ Wohlstand

1. Mir steht es zu, viel Geld zu haben. 
2. Geld kommt einfach zu mir und bleibt auch gerne. 
3. Am Ende des Geldes ist immer so viel Monat übrig. 
4. Über Geld spricht man nicht, man hat es. 
5. Ich mag mein Geld. 

Arbeit

1. Nur wer etwas leistet, bekommt auch etwas vom Leben. 😊
2. Ich liebe meinen Beruf - es ist meine Berufung. 😊
3. Ich bleibe bei meinem Job, weil er sicher ist. 😊
4. Ich kann nicht so arbeiten, wie ich das wirklich will. 😊
5. Ich arbeite nicht, ich bekomme Geld für das, was mir Spaß macht. 😊

Das sind deine bewussten Gedanken. Sie formen deine Welt.

Unsere Welt, wie wir sie wahrnehmen, ist das vollkommene Abbild unserer Realität. Das was du unbewusst denkst, kannst du also ganz einfach feststellen, indem du dir dein Leben anschaust. Das kannst du nutzen, um dir deine unbewussten Überzeugungen und Glaubenssätze anzusehen.

Inventar deiner unbewussten Glaubenssätze:

Betrachte dein Leben, um auf diese Fragen zu antworten. Wo du heute stehst, ist ein Ergebnis dessen, von dem, was du jetzt über dich und dein Leben glaubst.

Schau dir einmal an, welche Geschichten du dir selbst erzählt hast. Sie haben dich zu dem Menschen gemacht, der du heute bist.

Mache wieder einen Hacken hinter die Überzeugungen, bei denen du sofort zustimmen kannst. Hier habe ich dir Beispiele von möglichen Überzeugungen gegeben, damit du sie erkennst.

Beziehung

1. Ich lebe in einer glücklichen Beziehung. 😊
 - Dann lautete deine Überzeugung wohl - Ich möchte in einer glücklichen Beziehung leben
2. Ich bin getrennt und keine Beziehung will für mich so richtig funktionieren. 😊
 - Dann könnte dein Glaubenssatz sein - Beziehungen sind immer zum Scheitern verurteilt

Das, was wir glauben, wird geprägt durch das, was wir erleben. So ist ein Scheidungskind ist nicht selten auch geschieden.

3. Ich lebe in einer unglücklichen Beziehung. 😊
 - Deine Geschichte könnte lauten - Ich bin es nicht wert, in eine wundervolle Beziehung zu leben

oder

- Wenn ich mich trenne, muss ich alleine bleiben.

oder

- Ich bleibe bei meinem Partner, weil ich keine besseren finde

Was ist deine Geschichte?

4. Ich habe ungewollt keine Kinder. 😊

dann könnte die Überzeugung so lauten:

- Ich bin es nicht wert, ein Kind zu bekommen.

oder

- Ich kann einfach keine Kinder bekommen.

5. Ich habe mich entschieden, mein Leben mit Haustieren zu verbringen. 😊

- Die Überzeugung könnte lauten: Mein Leben ist reich und die Tiere, die mit mir Leben machen es noch reicher

oder

- Jeder Kreatur ist es wert, dass ich ihr helfe

Es gibt super viele verschiedene Überzeugungen, die aber häufig ein ähnliches Resultat haben.

Beruf

Was ist die Geschichte in Bezug auf deinen Beruf?

1. Ich bin ein erfolgreicher und zufriedener Unternehmer. 😊

- Die Geschichte könnte lauten - Ich bin einfach am richtigen Ort im richtigen Moment

2. Ich verändere alles, was nicht mehr zu mir passt. 😊

- Die Geschichte könnte lauten - Ich weiß, was zu mir passt und was mir guttut und lebe danach

3. Ich komme immer vom Regen in die Traufe und es verbesserte sich nichts. 😊

- Die Geschichte könnte lauten - Ich habe die Erfahrung gemacht, dass es nur schlimmer werden kann und glaube nicht, dass es jemals anders wird

4. Meine Kollegen ziehen mich immer runter. 😊

- Die Geschichte könnte lauten - immer sind die anderen schuld, wenn es mir im Beruf nicht gefällt

5. Meine Kollegen sind super Menschen und wir unterstützen uns gegenseitig auf allen Ebenen? 😊

- Die Geschichte könnte lauten - Ich bin genau richtig, so wie ich bin und ziehe Menschen an, die auch zu sich selbst stehen

Was erzählst du dir über deine Gesundheit

1. Ich bin fit und mache regelmäßig Sport. 😊
 - Deine Geschichte könnte lauten - Sport macht mir Spaß und tut mir gut.
2. Ich habe keine Zeit mich auch noch mit Sport zu beschäftigen. 😊
 - Die Geschichte dahinter könnte lauten - Sport kostet Zeit, die ich mir nicht erlauben kann zu nehmen, dann kommt etwas anderes zu kurz.
3. Mein Körper beschwert sich und ich habe vermehrt Schmerzen. 😊
 - hier ist es oft eine unbewusste Angstgeschichte, die zum Ausdruck kommt
Was macht dir Angst
4. Ich habe immer wieder Rückschläge im Bereich meiner Gesundheit. 😊
 - Das kennen wir alle: die Geschichte, in der wir uns selbst sabotieren.
5. Gute Ernährung, die mich mit Energie versorgt, ist für mich selbstverständlich. 😊
 - Du weißt einfach, dass unser Essen uns Energie gibt - wenn es das richtige Essen in den richtigen Mengen isst.

Finanzen / Wohlstand - Welche Geschichten hast du dir bis jetzt erzählt?

1. Mir gelingt es leicht, im Wohlstand zu leben. 😊
 - Vielleicht kennst du es einfach nicht anders, weil du schon im Wohlstand groß geworden bist, und es einfach normal ist, so zu leben?
2. Für mein Geld muss ich hart arbeiten. 😊
 - In deiner Geschichte hast du gelernt, dass du, wenn du fleißig bist, belohnt wirst
3. Ohne Fleiß kein Preis. 😊
 - Auch hier greift diese Geschichte, die wir von unseren Eltern und Großeltern kennen
4. Ich gebe mir viel Mühe, werde aber nicht wirklich belohnt. 😊
 - eine Geschichte des Mangels, wo wir nie dort ankommen, wo wir hinwollen
5. Geld zerrinnt mir zwischen den Fingern. 😊

- Mangel Gedanken und auch Verlustängste sind Geschichten, die hier zugrunde liegen

Was hat es dir gebracht, dich mit dem, was du denkst zu beschäftigen?

Sind deine Glaubenssätze hilfreich für dich?

Auflösung:

Hast du bemerkt, dass es gar nicht so einfach ist, den unbewussten Glaubenssätzen auf die Schliche zu kommen?

Dieser Guide zur Inventur deiner Glaubenssätze darf dir bewusst machen, dass deine Gedanken Macht haben.

Deine bewussten Gedanken und deine unbewussten Gedanken.

Du kannst dein Leben bewusst grundlegend ändern.

Diese Macht deiner Gedanken kannst du für dich nutzen. Wie sehr unterstützen dich deine Gedanken im Moment in deinem Leben?

- Bist du mit deinem Leben zufrieden, wie es ist, auf allen Ebenen. Herzlichen Glückwunsch und weiter so. Ich freue mich für dich.
- Oder du sagst "Das ist gut zu wissen, ganz nett, aber - ändern möchte ich nichts in meinem Leben". Das ist natürlich auch in Ordnung.
- Wenn du jetzt allerdings sagst, dass du die Macht in deinem Leben bewusst nutzen möchtest, um ein energievoller erfolgreicher Schöpfer zu sein, dann hast du über die Inventur die Grundlage gesehen, wie du dein Leben grundlegend ändern kannst - über die Glaubenssätze. Vielleicht schaust du sie dir jetzt noch mal und achtest dabei darauf, wie deine Glaubenssätze dich beeinflussen und in welche Richtung.

War dir bewusst, dass dich deine Glaubenssätze genau dahin gebracht haben, wo du jetzt bist in deinem Leben. Auch zu den Teilen, an denen du noch arbeitest und die dich unzufrieden sein lassen?

Die Glaubenssätze sind ein sehr wichtiger Teil, um ein energievoller und erfolgreicher Schöpfer zu sein.

Möchtest du mehr wissen, dann schau dir die 3 Videos an, die ich für dich aufgenommen habe. Sie können dir weiteren Input geben.

Ich sende sie dir in ein paar Tagen zu.

Ich sende dir liebevollen Gedanken

Deine Ann

Über mich:

Ich arbeite seit 30 Jahren mit Menschen und durfte immer wieder erleben, wie schnell und kraftvoll sich ein Leben ändert, wenn die hilfreichen Gedanken auf allen Ebenen gedacht werden.

Als Mental Energetikerin habe ich mich, unter anderem, auf das Transformieren der unbewussten Glaubenssätze spezialisiert.

Zusammen mit dem Körperbewusstsein der Erfolgreichen und der Wahrnehmung der Urgefühle ist die Methode AnnErgy entstanden.

Es ist meine Lebensvision, andere Menschen dabei zu begleiten, ihre tiefe Wurzel zu spüren und aus der Verbindung in ihre volle Größe zu wachsen.

Das habe ich schon als Physiotherapeutin und als Osteopathie getan. Bei mir wurde schon immer viel geredet und wertvolle Gedanken Hinweise gegeben.

Ich bin glücklich und es macht mir Freude als Mental Energetikerin mein gesamtes Wissen zu nutzen, damit unzufriedene Macher den Weg zu energiereichen erfolgreichen Schöpfern gehen können.

Ich sende dir liebevollen Gedanken

Deine Ann

