

# BRIGHTBRAINING LIVE CHALLENGE

*Christina Welter*



*Kostenlose 5-Tage Live Challenge*

*Glaubenssätze und andere Kleinigkeiten ...  
und wie sie Dich davon abhalten, das Lebensspiel  
zu gewinnen*

WORKBOOK | Tag 3



brightbraining  
christina wetter

WE LOVE TO SEE YOU GROW

## TAG 3

### Wie Du Deinen Auto-Piloten erfolgreich selbst umprogrammierst

Wiederhole die EFT Meditation zur Auflösung Deiner Kernglaubenssätze jeden Tag. Du kannst ganz einfach gedanklich auch andere Glaubenssätze und Überzeugungen einsetzen. So kannst Du Deinen Auto-Piloten erfolgreich selbst umprogrammieren. Damit Widerstände, Blockaden und Sabotage-Programme der Vergangenheit angehören und nicht Deiner Zukunft.

Schreibe Dir vor und nach der Meditation auf, wie Du Dich fühlst.

Auf einer Skala von 1-10, wenn 10 das höchste ist. Und mache dasselbe nach der Meditation wieder.

Wie fühle ich mich vor der Meditation? (Auf einer Skala von 1 – 10, wenn 10 das höchste ist)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



Ich fühle mich ...

---

---

---

---

---

---

---

---

# BRIGHTBRAINING LIVE CHALLENGE

Christina Welter

Wie fühle ich mich nach der Meditation? (Auf einer Skala von 1 – 10, wenn 10 das höchste ist)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Ich fühle mich ...

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

*Wer immer nur das tut, was er schon kann, bleibt immer nur der, der er schon ist! (Henry Ford)*

*Schön, dass Du da bist.*



Bis zum nächsten Live Call.