

Die inhaltlichen Bausteine von TheQua© I

„Vereinfache Dein Leben“

Thema	Seite
Was ist TheQua©?	3
Der Name und was es bewirkt	4
Erklärung der Gehirnwellen	5
Das Ziel dieses Kurses	6
Die TheQua©-Lebensregeln	7
Die sogenannten Basics	8
Die Wichtigkeit des Erden und Zentrieren	8
Verbindung mit dem Kosmos	10
Die Kraft der energetischen Reinigung	11
Integriere gute Energien	12
Die Tools des TheQua©	12
Emotionen und Gefühle	13
Die Hauptblockaden Wut und Angst	13
Umgang mit Wut und Angst in der Praxis	14
Tipps	16
Deine wichtigsten Beziehungen	17
Zwischenmenschliche Probleme mit Beispiel	18
Zwischenmenschliche Probleme ohne Beispiel	20
Dein Spiegel im anderen und umgekehrt	22
Die Spiegelgesetze im Überblick	22
Die Spiegel-Übung	24
Dein Körper - dein weisester Freund	25
Der Ganzkörper-Scan	25
Gezieltes Abfragen bei körperlichen Themen	26
Wichtig: Merke	27

Als Anwender von TheQua© bist du berechtigt, die in den Info-Veranstaltungen und im Kurs erlernte und im Skript beschriebene Methode für dich und andere zu anzuwenden. Eine darüber hinausgehende Verwendung der Methode TheQua© oder die Weitergabe oder Vervielfältigung dieses Skripts, ganz oder ausschnittsweise, ist ausdrücklich nicht gestattet. Copyright liegt ausschließlich bei Kianaa Karin A.Wagner-Findl.

Tägliches Überprüfen deiner automatischen Glaubenssätze über den Körper	27
Höre deiner Seele zu – und gib ihr was sie braucht	29
Extra Tool - Das Fenster	29
Tipps und Tricks	30
Bei Entscheidungsfragen	30
Tools zur Stärkung zwischendurch	31
Thema Nachhaltigkeit	31
Kontaktdaten/ Impressum	32

Als Anwender von TheQua© bist du berechtigt, die in den Info-Veranstaltungen und im Kurs erlernte und im Skript beschriebene Methode für dich und andere zu anzuwenden. Eine darüber hinausgehende Verwendung der Methode TheQua© oder die Weitergabe oder Vervielfältigung dieses Skripts, ganz oder ausschnittsweise, ist ausdrücklich nicht gestattet. Copyright liegt ausschließlich bei Kianaa Karin A.Wagner-Findl.