DELTA DYNAMIK

ZENTRIERUNGEN

ZENTRIERT

Ich bin aufmerksam, konzentriert und ruhe in mir. Ich bleibe offen, bin aber dennoch selbstsicher.

DEZENTRIERT NACH OBEN

Ich bin «abgehoben» und schwärme. Ich sehe nicht genau hin, bin unter Umständen nicht ganz inkarniert.

DEZENTRIERT NACH UNTEN

Ich bin «verhärtet», materialistisch und verdränge meine Unsicherheit. Ich bin im stabilen, starren Zustand. Ich meine, dass ich genau wahrnehme, obwohl ich mich oft täusche.

VOLLSTÄNDIG DEZENTRIERT

Ich werde aus meinem Körper hinausgedrängt. Mein Körper wird fremdgesteuert. Ich kann ihn nicht mehr ergreifen. Er wird zum Bioroboter. Im Extremfall begeht er Suizid oder läuft Amok.

DELTA DYNAMIK

BEWUSSTSEIN

HELLWACHES BEWUSSTSEIN

Aktives, bewegliches, individuelles und aufmerksames Ich-Bewusstsein

ABGEDÄMPFTES BEWUSSTSEIN:

DIE FARBIGEN MÜTZEN

Automatisch auftauchende Bewusstseinszustände

ROTE MÜTZE

Ich bin zügellos und werde von meinen Empfindungen beherrscht. Mein bewusstes Denken ist ausgeschaltet.

GRÜNE MÜTZE

Mein Verstand verkommt zum kalten Intellekt und mein Gemüt wird ausschliesslich von führungslosen Emotionen beherrscht.

SCHWARZE MÜTZE

Ich bin zerstörerisch und handle zwangshaft. Mein Körper agiert ohne Gefühle und wird zum unmenschlichen Roboter.

DELTADYNAMIK.COM

buchzeichen tools.indd 1-2 18.03.2017 17:31:22

DELTA DYNAMIK

SINNES-TOOLS

ICH BIN AUFMERKSAM UND LEBE IM JETZT.

GEISTIGES SINNES-TOOL

VORAUSSETZUNG: FREIHEIT

Ich bin auch im Anderen. Raum und Zeit spielen für mich keine Rolle.

Sinne des Individualkörpers:
Ich- oder Individualitätssinn, Gedankensinn, Sprach- oder Wortsinn

SEELISCHES SINNES-TOOL

VORAUSSETZUNG: LIEBE

Sinne des Seelenkörpers:
Gehörsinn, Wärmesinn, Sehsinn

ENERGETISCHES SINNES-TOOL

VORAUSSETZUNG: SYMPATHIE

Sinne des Energiekörpers:
Geschmackssinn, Geruchssinn, Gleichgewichtssinn

PHYSISCHES SINNES-TOOL

VORAUSSETZUNG: SOZIALITÄT

Sinne des physischen Körpers:
Eigenbewegungssinn, Lebenssinn, Tastsinn

DELTA DYNAMIK

LEITSÄTZE

ICH BIN AUFMERKSAM UND LEBE IM JETZT.

LEITSATZ I

Ich nehme aufmerksam wahr
und bin für mein Tun verantwortlich.

LEITSATZ II

Ich bin liebevoll.

LEITSATZ III

Ich fördere alle Lebenskräfte.

LEITSATZ IV

Ich spiele mit Auflösung und Verhärtung.

buchzeichen tools.indd 3-4 18.03.2017 17:31:24