

## Praktizieren von bewusster Autosuggestion

---

Praktizieren von bewusster Autosuggestion

Wenn du bewusst Autosuggestion praktizierst, mach dies ganz unverkrampft, ganz schlicht, mit Überzeugung und vor allem OHNE ANSTRENGUNG.

Die unbewusste und oft negative Autosuggestion geschieht deshalb so leicht, weil wir uns dabei nicht anstrengen müssen.



Bild: by Pedro da Silva @Unsplash