

*Innere Harmonie durch Kommunikation*



*Orbán Eriks*

## **Inhaltverzeichnis**

<b>Wie kannst du durch Kommunikation eine stabile innere Harmonie und Zufriedenheit erreichen?</b>	<b>2</b>
<b>Kommunikation mit Dir selbst</b>	<b>5</b>
<b>Wie funktioniert das Programmieren des Unterbewusstseins?</b>	<b>6</b>
<b>Was passiert in deinem Gehirn?</b>	<b>10</b>
<b>Wie können wir diese Einprägungen loswerden?</b>	<b>12</b>
<b>Das unterbewusstsein als Garten</b>	<b>18</b>
<b>Das Unterbewusstsein als Computerprogramm</b>	<b>20</b>
<b>Haftungsausschluss:</b>	<b>25</b>

## *Wie kannst du durch Kommunikation eine stabile innere Harmonie und Zufriedenheit erreichen?*

Wie sollte man dieses Thema angehen?

In erster Linie werde ich **die Kommunikation auf zwei große Gruppen aufteilen**, und zwar in der Reihenfolge, wie sie erfolgen sollte, um unsere Beziehungen durch Kommunikation erfolgreich zu verbessern.

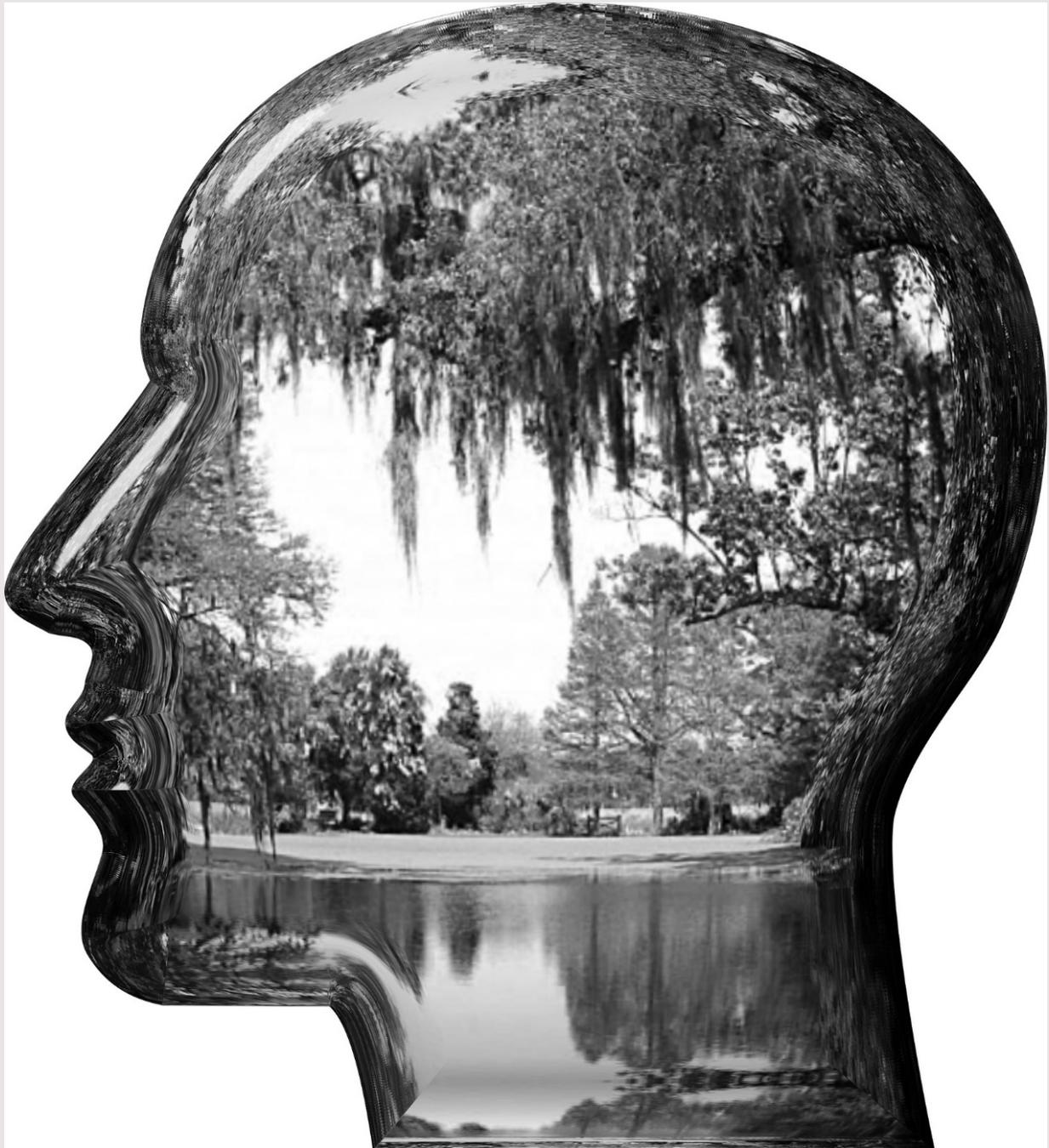
**A. Kommunikation mit Dir selbst**

**B. Kommunikation mit den Mitmenschen**

Es lohnt sich, diese Reihenfolge einzuhalten, um in den erwünschten Zustand zu gelangen, wo wir sowohl unsere innere Harmonie erleben als auch unsere Beziehungen für uns konstruktiv gestalten können.

**Der erste Schritt ist dein innerer Monolog, anders gesagt die Kommunikation mit Dir selbst.**

Einerseits weil jede Kommunikation eine gewisse **Subjektivität** innehat, die in den meisten Fällen über den finalen Ausklang der Kommunikation entscheidet; andererseits weil solange wir eine bestimmte innere Reifestufe nicht erreichen, können wir bestenfalls die Form der Kommunikation, nicht aber deren Wesen verändern. Bei einer Wunde geht es ja auch nicht ums Pflaster, sondern um die Heilung – das ist meine Ansicht!



Dann werden wir uns **die verschiedenen Bereiche des Lebens** vornehmen, in denen die Kommunikation jeweils adäquat angewandt werden soll. Folgende vier Bereiche werden thematisiert:

- **Kommunikation in der Partnerschaft,**
- **Kommunikation mit Kindern,**
- **Kommunikation am Arbeitsplatz**
- **Kommunikation mit Freunden und mit unserer erweiterten Umgebung.**

Fangen wir mit dem ersten Bereich an!

## Kommunikation mit Dir selbst

Um deinen inneren Monolog verändern zu können, solltest du dessen essentielle Rolle verstehen.

Dazu brauchst du Grundkenntnisse, da wir so geschaffen sind, dass wir zuerst alles verstehen wollen, um dann handeln zu können.

Ich beantworte zuerst die Frage, wie die unterbewussten negativen Programme, hindernde Glaubenssätze und Vorurteile entstehen und wie du sie ein für alle Mal loswerden kannst.

Du solltest wissen, wie dieses Thema zu behandeln ist, denn ich warne dich jetzt schon: es geht hier um keinen Sprintlauf, sondern um einen **Marathon**. Du musst auch wissen: je älter du bist, desto fossilierter sind deine Vorurteile, die es zu bekämpfen gilt. Denn diese stammen ja aus deiner Kindheit und sie verfestigen sich seither in deinem Leben immer mehr.

## *Wie funktioniert das Programmieren des Unterbewusstseins?*

Das Programm, das unser Leben wie ein **Autopilot** leitet, haben wir entscheidend **in den ersten sieben Jahren unseres Lebens** von unseren Eltern und unserer Umgebung übernommen. Die Erwachsenen haben unbeabsichtigt zahlreiche negative, hindernde, schädliche Glaubenssätze in uns verankert. Solche und ähnliche Gedanken resultieren daraus (achte beim Lesen darauf, wie du dich mit den einzelnen Aussagen identifizieren kannst! Das taugt nämlich hervorragend als eine gute Anfängerübung für dich.):

Ich bin dumm

Ich bin hässlich

Die Männer/Frauen wollen mich nicht

Ich werde von den Menschen immer ausgenutzt

Ich werde von niemandem geliebt

Ich bin ein Niemand

Ich komme aus einer armen Familie, ich bleibe für immer arm

Ich bin wertlos

Ich bin ungeschickt

Mich kann man nicht lieben

Ich bin dick

Ich bin eine Frau; ich bin weniger wert, als ein Mann

Alle Männer sind Schweine

Alle Frauen sind Huren

Die Frauen brauchen keinen Mann, wie mich

Ich bin ein Mann, ich darf meine Gefühle nicht zeigen

Die Reichen sind alle geldgierig und beuten mich aus

Ich bin ein Mann, ich muss immer hart sein

Geld ist etwas Böses

Ich habe eine unheilbare Krankheit

Sehnsucht nach Geld zu haben ist falsch

Ich kann unmöglich reich werden

Wieso könnte ausgerechnet ich reich werden?

Das schaffe ich niemals

Ich wurde mit einer genetischen Krankheit geboren

Ich habe eine tödliche Krankheit

Ich bin so geboren, ich kann mich nicht ändern

Ich kann niemandem vertrauen

Die Welt ist voller Gefahren

Meine Krankheit habe ich geerbt

Ich kann nicht singen

Ich bin hyperaktiv

Die Menschen sind böswillig

Die Welt ist böswillig

Ich bin faul

Ich bin einfach schlecht in Mathe

Jeder dieser Gedanken wurzelt mit hoher Wahrscheinlichkeit in einem Erlebnis aus der Kindheit.

Diesen Erlebnissen haben wir unsere subjektiven Gefühle und Gedanken zugeordnet, die objektiv betrachtet jedoch unbegründet sind.

## *Innere Harmonie durch Kommunikation*

Dies werde ich euch nun durch ein Dialogbeispiel darstellen. Solche Gespräche führe ich tagtäglich.

**Gesprächspartner:** Ich werde von allen zurückgewiesen.

**Ich:** Von mir auch?

**Gesprächspartner:** Nein, von dir nicht.

**Ich:** Du hast eben gerade gesagt, dass dich alle zurückweisen. Deine Familie auch?

**Gesprächspartner:** Nein, sie nicht.

An dieser Stelle halte ich eine längere Pause, in der Hoffnung, dass mein Gesprächspartner selber realisiert, wie kontrovers er sich geäußert hat...

In diesen Fällen ist es dem Gesprächspartner oft gar nicht bewusst, was er sagt. Diese Gedanken wurzeln im Unterbewusstsein. Er wurde in seiner Kindheit aus irgendeinem Anlass zurückgewiesen oder jemand aus seiner Familie hat es erlebt und immer wieder darüber geklagt. Es kann auch sein, dass er erst als Erwachsener mehrmals zurückgewiesen wurde und sein Gehirn dadurch diesen Glaubenssatz generierte. Das hat allerdings keinen Bezug zur Realität. Schließlich wird er ja nicht von allen zurückgewiesen.

**Diese Aussage ist subjektiv.**

Die Zeit ist reif, um uns von all den Gedanken zu befreien, die unseren Alltag erschweren.

## *Innere Harmonie durch Kommunikation*

Jeder Gedanke hat im Gehirn eine entsprechende Koppelung, eine Nervenverbindung.

Unsere Aufgabe liegt darin, diese **Nervenverbindungen destruktiver Gedanken und Gefühlen zu entankern** und stattdessen Nervenverbindungen von **neuen, konstruktiven Gedanken und Gefühlen zu verankern**.





Wie läuft das?

Die entsprechenden Nervenzellen werden elektrische Aktivität erzeugen. Sie produzieren also tatsächlich Strom, der als eine Art Informationsfeld dient. Es leuchtet beim ersten Ereignis auf. Bei den nächsten ähnlichen Situationen passiert im Gehirn genau das Gleiche. Je öfter das passiert, desto stärker werden die Nervenverbindungen. Nicht unbedingt weil es immer häufiger passiert, oder weil jemand etwas mehrmals tut; sondern vielmehr, weil wir mit der Verstärkung dieser Nervenverbindungen unterbewusst immer mehr in einer Erwartungshaltung verharren.

**Das ist das, was wir erwarten.**

Es mag merkwürdig klingen, aber wir werden uns Verhaltensmuster aneignen, die selbst in anderen Menschen genau **die** Reaktion hervorruft, die unsere Erwartung tatsächlich erfüllt.

Nach dem oben genannten Beispiel heißt es: wenn die Person einmal zurückgewiesen wurde, wird sie beim nächsten Mal bereits mit der Erwartungshaltung „zurückgewiesen zu werden“ mit anderen Menschen in Interaktion treten. Und da sie das erwartet, wird sie im gegebenen Fall tatsächlich abgelehnt. So wird ihr Glaubenssatz, dass sie zurückgewiesen wird, weiter bestärkt. Das kann jahrelang so laufen.

**So entstehen unsere negativen Einprägungen.**

## *Innere Harmonie durch Kommunikation*

*Wie können wir diese Einprägungen loswerden?*

*Welche Methoden helfen uns dabei?*

Das erste und allerwichtigste ist, dich selbst zu beobachten und **stets gegenwärtig zu sein**. **Mach dir deine unterbewussten Programme bewusst**, denn solange du dir nicht bewusst bist, wirst du nicht wahrnehmen können, **was** du verändern solltest und wie du diese Veränderung am besten bewältigst. Beobachte dich also während des Tages! Die täglichen Geschehnisse rufen in uns bestimmte Gefühle hervor.



## *Innere Harmonie durch Kommunikation*

In dem Moment, wenn du ein negatives Gefühl wahrnimmst, halte inne und frage dich:

**Was hat dieses Gefühl, diesen Gedanken in mir ausgelöst?**

**Warum hat diese Situation solch eine Auswirkung auf mich?**

**Was ist das in meinem Unterbewusstsein, was diese Reaktion gerechtfertigt?**

Solltest du dich irgendwo befinden, wo du zur Selbstreflexion keine Zeit, keine Ruhe oder keinen Raum hast, merke dir diese Gefühle, die bei der Situation entstanden sind. Komm später darauf zurück: zu Hause oder wenn du nicht mehr unter Menschen bist.

Tatsächlich ist es so, dass **andere Menschen oder andere Umstände uns einen Spiegel vorhalten**. Er zeigt ganz genau, was in unserem Unterbewusstsein vor sich geht. (Hast du schon mal etwas über die Spiegelneuronen gehört?)

**Ein Ereignis, eine Situation oder Person kann in uns nur das hervorrufen, was bereits da ist.** Sollten also Geschehnisse negative Reaktionen in uns auslösen, steckt etwas in uns, was uns zu dieser Reaktion zwingt.

Meistens erklären wir die Welt schuldig, weil es viel einfacher ist, als mit uns selbst ins Gericht zu gehen. Manchmal reagieren wir unbewusst. Dann haben wir **das Gefühl, dass uns Dinge einfach nur passieren, denen gegenüber wir völlig machtlos sind.**

## *Innere Harmonie durch Kommunikation*

Es ist einfacher, die Schuld unserer Schwiegermutter, unserem Partner, unserem Kind, unseren Kollegen, unseren Eltern oder irgendjemandem daran zu geben, was eigentlich in uns steckt. **Was in uns drin steckt, wurzelt auch in uns.**

Vielleicht mag die andere Person ein Giftzwerg sein, vielleicht verletzt sie dich sogar bewusst, aber wenn du keinen negativen Glaubenssatz innehast und in deinem Inneren Frieden herrscht, dann kann dich ihre Gehässigkeit in keinster Weise aus der Ruhe bringen.

Wenn du weißt, wer du bist, kann gar die ganze Welt gegen dich sein, du bleibst dennoch stabil und niemand ist in der Lage, dir den inneren Frieden zu nehmen.



*Enikő Orbán Heilpraktiker für Psychotherapie*

Du musst wissen, dass **die Welt von jedem Einzelnen durch seine eigene Brille betrachtet wird.** Jeder interpretiert die Geschehnisse durch den Filter des eigenen analytischen Gehirns und der eigenen Erfahrungen.

**Unser Verhalten wird von unseren unterbewussten Programmen bestimmt.** In den meisten Fällen erledigen wir unsere Handlungen ohne nachzudenken, **quasi automatisch.** Wenn dich also jemand verletzt, so tut er das vielleicht unterbewusst und nicht unbedingt, um dich zu verletzen.

Jeder strebt instinktiv nach dem eigenen Glück. **Jeder ist von Natur aus egozentrisch.** Unser Überlebensinstinkt ist einer der stärksten Triebe, über die wir verfügen. Unser Ego kümmert sich nicht um Andere. Wer auch immer im Weg unseres Glücks stehen mag, das Ego kann unterbewusst jeden übertrampeln.

**Um dies zu verändern, muss man den Pfad des Bewusstseins betreten.**

Weniger als ein Prozent der Menschheit hat diesen Weg beschritten. Als Besonderheit möchte ich anmerken, dass uns die Worte von Jesus aus diesem Aspekt nun verständlich werden. Er sagte vor seinem Tod: „*Vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun.*“ Sie sind also unwissend, nicht bewusst, sie werden vom eigenen Unterbewusstsein geführt.

Darum kann man den Schuldigern so einfach verzeihen, da sie nicht wissen, was sie tun. Sie sind im Autopilot Modus: **das Unterbewusstsein übt die Kontrolle aus.** **Durch das Programm des Unterbewusstseins funktioniert der Mensch instinktiv und auf das Programm beschränkt.** Man könnte es auch so formulieren: der Mensch schläft.

## *Innere Harmonie durch Kommunikation*

Wenn wir von einem Schlafenden getreten werden, machen wir ihn dafür nicht schuldig. Wenn jemand beim Schlafen schnarcht, tut er das auch nicht absichtlich. Welchen Sinn hat unsere Reaktion in solchen Fällen, sei es Wut, Überspannung oder sonst etwas?

**Man sollte solch eine Situation immer als eine Lektion im Leben betrachten.**

Ganz egal, wer oder was dich verletzt, verärgert, traurig macht, stell dir selbst die Frage:

**Was soll ich aus dieser Situation lernen, was lehrt mir diese Person?**

**Was steckt in mir, was mich auf diese Art und Weise reagieren ließ?**

**Warum löst diese Person bei mir dieses Gefühl aus?**

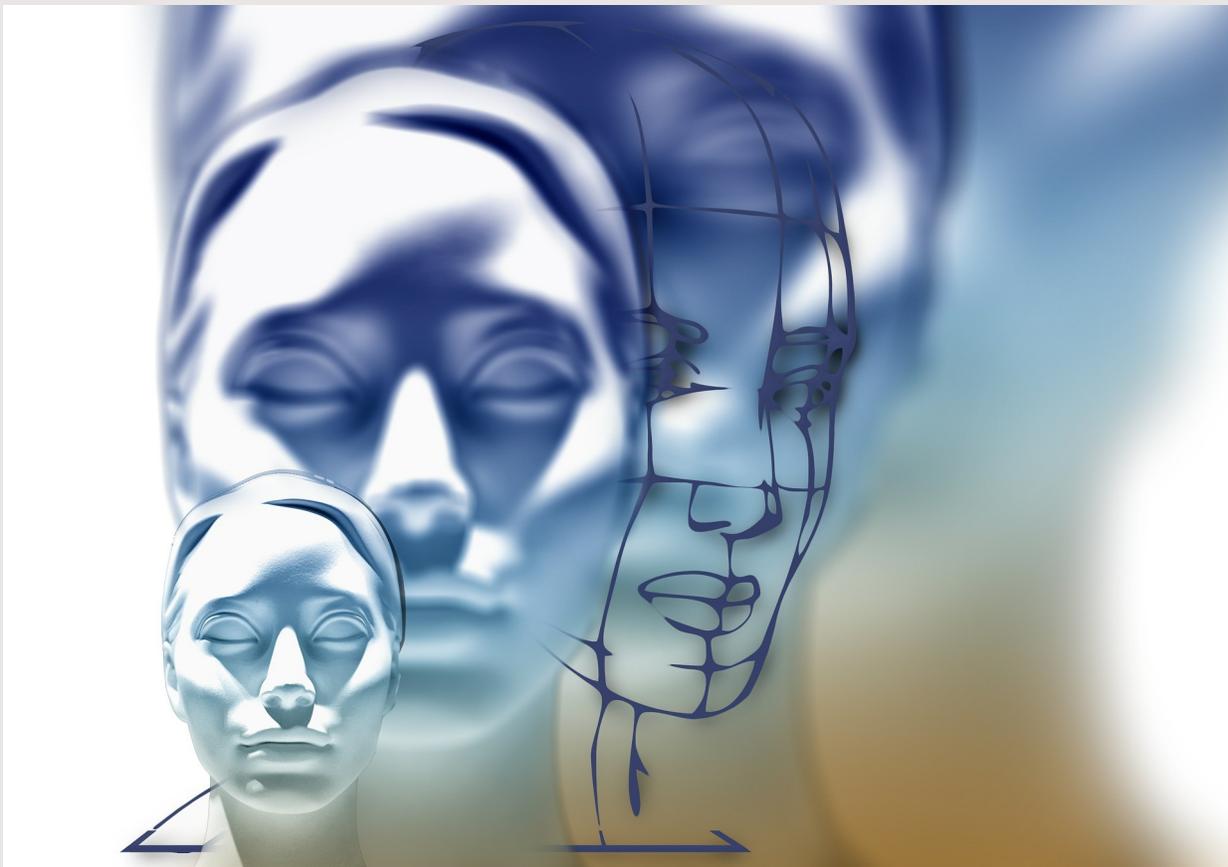
**Was soll ich an mir selbst ändern, um in einer nächsten ähnlichen Situation nicht so beeinträchtigt zu werden?**

Nach meiner Erfahrung ist es am Anfang ein sehr anstrengender Prozess, aber es lohnt sich, ihn zu Ende zu führen. Nach einer Zeit wird das Üben ein Teil von dir, wie alle anderen Routinen. Dieses aber dient **deiner Entwicklung**, es stärkt dich sogar. Nach einer Zeit, wenn du dran bleibst, wird es ganz einfach und die vielen positiven Erlebnisse werden dich auf deinem Weg bestärken. **Nach einer gewissen Zeit wirst du morgens so aufwachen, dass dein innerer Frieden vollkommen ist, und den kann dir keiner mehr nehmen.**

## *Innere Harmonie durch Kommunikation*

Demnächst werde ich das Unterbewusstsein **über zwei oft verwendete Metaphern** darstellen. Es ist sehr wichtig, diese Dinge zu verstehen, da – wie ich es schon erwähnt habe – **der Verstand und das Ego unsere Freunde, Bestandteile und unsere Partner sind.**

**Das Verständnis dient eben dem Einklang zwischen dem Wunsch unseres Herzens und dem Verstand.** So wird der Verstand uns, unserem inneren Wesen dienen.



## Das unterbewusstseिन als Garten

Das Unterbewusstsein kann man wie einen Garten betrachten. Diesen Garten hast du von deinen Eltern vererbt bekommen. Der Garten wurde früher von ihnen vernachlässigt, nun hast du einen Garten voller Unkraut. Du willst jetzt Rosen pflanzen. Du versuchst es in der Hoffnung, dass sie inmitten von Unkraut am Leben erhalten bleiben. Du wirst jedoch schnell herausfinden, dass es deine Rose erstickt, sie stirbt. Wenn du dich positiv äusserst, obwohl dein Unterbewusstsein voll mit negativen Gefühlen und dein Gehirn mit hindernden Vorurteilen behaftet ist, passiert das Gleiche.



Du kannst es zwar wie ein Mantra ständig wiederholen:

„ich liebe mich“,

„ich bin glücklich“,

„ich bin reich“,

„ich bin gesund“, diese gelangen jedoch nicht in den Nährboden.

Das ist genau das Gleiche, wie wenn du Rosen im verunkrauteten Garten pflanzt, und der Nährstoff den Rosen entzogen wird. Denk logisch darüber nach!

Wenn du das Unkraut nicht entfernst, hast du keine Chance, Rosen zu züchten. **Jedes schlechte Gefühl, jeder negative Gedanke ist ein Unkraut in deinem Garten.** Wenn du dir einen Rosengarten wünschst, fang an das Unkraut zu entfernen und denk liebevoll an deinen Garten.

Wenn du es immer wieder tust, werden deine Rosen auf einmal Platz zum Gedeihen haben.

**Wie du siehst, kann und darf man diesen Schritt nicht auslassen.**

Jetzt kannst du also mit dem Entfernen vom Unkraut beginnen.

## Das Unterbewusstsein als Computerprogramm

Das Unterbewusstsein kann man auch mit einem Computerprogramm vergleichen, da sie im Wesentlichen identisch sind. Die Installation eines neuen Programms ist verschenkte Mühe, wenn etwas an deinem PC nicht rundläuft. Der Fehler ist ja da und das Programm wird nicht laufen. Der Fehler wird dadurch auch nicht behoben, dass du deinen PC auseinander baust oder voller Wut auf ihn einprügelst.

**Jeder negative Gedanke und jedes negative Gefühl ist ein fehlerhafter Code im Betriebssystem deines Computers.** Solange du diese nicht korrigierst, wird das Gerät entweder gar nicht mehr oder nur fehlerhaft funktionieren.



## *Innere Harmonie durch Kommunikation*

### **So kannst du beginnen!**

Beobachte dich selbst tagsüber!

Jedes Mal, wenn ein negativer Gedanke auftaucht, schreibe es auf ein Blatt auf. Du kannst alle Gefühle, Gedanken, Personen, also alles, was zum Thema gehört, daneben notieren. Dann schreibe auf ein anderes Blatt genau das Gegenteil auf oder noch besser: was du dir stattdessen wünschst.



**Diese werden die Gedanken und Gefühle von deinem neuen „Ich“.**

Lies häufig den Inhalt des zweiten Blattes. Während du tagsüber die positiven Aussagen wiederholst, ist es sehr wichtig, ihnen positive Gefühle zuzuordnen. Denn **das Wort und der Gedanke haben eine schöpferische Kraft, und Gefühle erst recht.**

Alleine die sture Wiederholung von positiven Aussagen dagegen macht wenig Sinn.

Warum ist es so???

Den meisten Erfolg kannst du in der **Theta Gehirnwelle** erzielen, wie bei jedem Vorgang im Unterbewusstsein. Hier muss ich erwähnen, dass das Gehirn in der Kindheit bis zum 7. Lebensjahr dominant in der Theta Frequenz schwingt. Es ist wissenschaftlich belegt, dass das Gehirn in diesem Zustand zu Dingen fähig ist, die im Beta Zustand, in dem wir tagsüber agieren, nicht möglich wären. **Die Theta Frequenz ist natürlicherweise vor dem Einschlafen, beim Aufwachen und in meditativem Zustand dominant.** Am besten Ergebnisse erzielst du, wenn du dir gerade in dieser Zeitspanne ein Thema, das dich belastet, von deiner Liste verarbeitest.

Diese kannst du verarbeiten, indem du dir all die Gefühle (sei es Wut, Schmerz, Trauer, Sorge, Verstimmung...), die dabei auftauchen, bewusst machst.

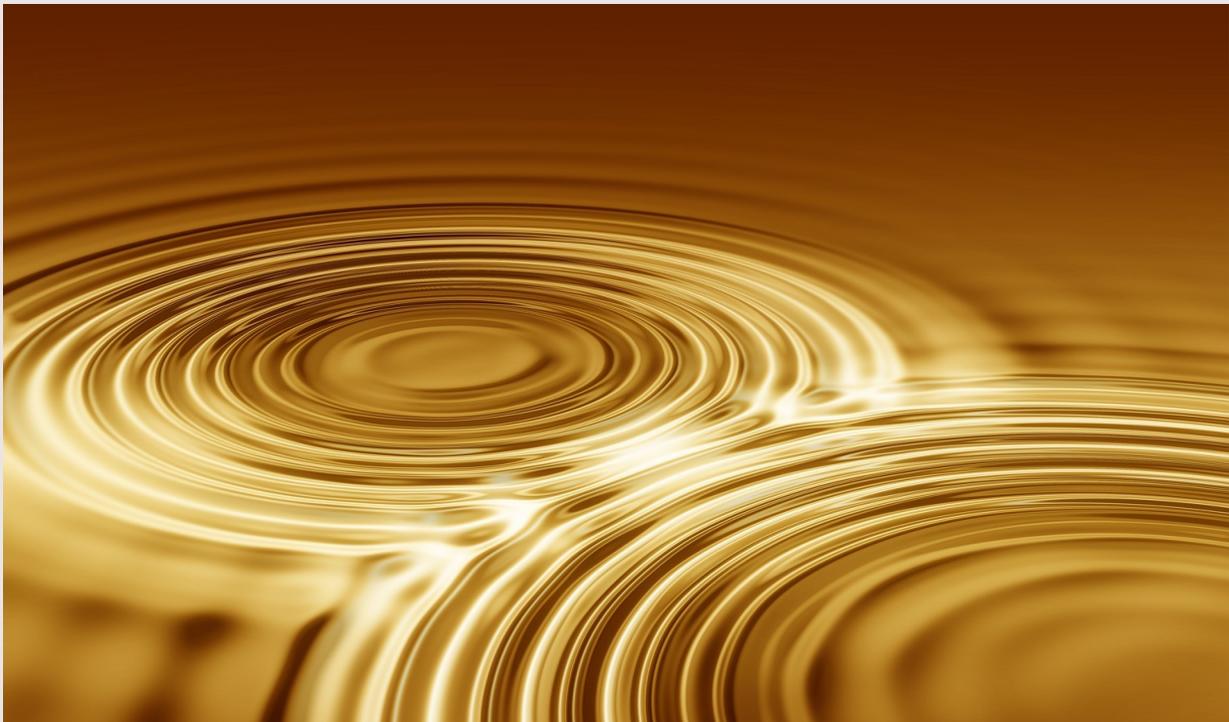
Jede Aufgabe, die in der **Beta Gehirnfrequenz** (d.h. am Tag) bewältigt wird, ist „nur“ ein kleiner Schritt.

**Es macht Sinn, die zwei Arten von Übungen, die in Beta und Theta Frequenz durchgeführt werden, zu verbinden.**

Viele haben den Film „*The Secret - Das Geheimnis*“ gesehen, aber **die meisten haben es fehlinterpretiert.** Sie haben versucht Dinge herbeizusehnen, an sich zu ziehen, was natürlich nicht funktionierte.

Sie haben den tieferen Sinn der Übung **in der Theta Frequenz** noch nicht verstanden und versuchen sich einzig auf Übungen in Beta Frequenz zu stützen. Diejenige, die ausschließlich am Tag, also in der Beta Schwingung üben, erzielen keine guten Ergebnisse. Die ausschließlich in Beta Frequenz durchgeführten Übungen, die positiven Bestärkungen und Gefühle am Tag zeigen oft erst nach langen Jahren positive Ergebnisse. **Im Theta Zustand dagegen können je nach Thema und negativen Verankerungen bereits einige Male genügen.**

Ergänzend möchte ich hinzufügen, dass das **Theta Healing®** ebenfalls sehr gut geeignet ist, um an Glaubenssätzen zu arbeiten, da der Heilungsprozess ebenfalls im Theta Zustand geschieht. Wenn du damit nicht alleine zurechtkommst oder eine hartnäckige Einprägung hast, dann **lohnt es sich, professionelle Hilfe zu holen.**



Gewiss gibt es auch Traumata, die wir nicht alleine lösen können. Für solche Fälle ist das **Theta Healing®** sehr gut geeignet. Beispielsweise wenn du Opfer von sexuellem Missbrauch bist oder andere schwerwiegende Herausforderung in deinem Leben hast, ist es wirklich ratsam, dich für therapeutische Unterstützung an einen Fachmann zu wenden.

**Der Therapeut kann dich auf deinem Weg begleiten, er kann dir helfen, deine Erinnerungen auf die Oberfläche zu holen und diese zu verarbeiten.**

Nachdem du an dir zu arbeiten beginnst, wirst du sofort spüren, dass du viel geduldiger und rücksichtsvoller bist, nicht nur mit dir selbst, sondern auch mit Anderen.

Dieses Prinzip gilt auch innerhalb der Partnerschaft: **Sei glücklich und ausgeglichen, sei ein vollkommenes Individuum, ehe du dich mit jemandem verbindest.** Wenn du es von deiner Partnerschaft erwartest, dass sie dich glücklich macht, wirst du enttäuscht sein.

Nehmen wir an, dass dein Partner ein gesunder, glücklicher Mensch ist, aber du bist es nicht. In dem Fall spielt es keine Rolle, wie ausgeglichen er ist. Er wird nicht in der Lage sein, dich glücklich zu machen. **Die innere Harmonie, Selbstliebe, Selbstwertschätzung, das innere Gleichgewicht, Selbstvertrauen kannst nur du selbst in dir erzeugen.** Das kann kein Partner für dich nicht übernehmen, trotz seines besten Willens.

**Weder kann er mit deinem Herzen fühlen noch kann er mit deinem Kopf denken.**

## *Haftungsausschluss:*

Ich, die Autorin habe mich bemüht, bei der Erstellung dieses E-Books so genau und vollständig wie möglich zu sein. Obwohl ich alle Versuche unternommen habe, die in dieser Veröffentlichung enthaltenen Informationen zu überprüfen, übernehme ich als Autor keine Verantwortung für Fehler, Auslassungen oder entgegengesetzte Auslegungen der hierin enthaltenen Ideen. Ich habe mich bemüht stets die Urheberrechte anderer zu beachten und auf selbst erstellte sowie lizenzfreie Werke zurückzugreifen. Die in dem E-Book erstellten Inhalte unterliegen dem europäischen Urheberrecht.

Die Informationen in diesem Dokument sind nicht als Ersatz für therapeutische Verfahren gedacht. Allen Lesern wird empfohlen, sich an kompetente Fachleute in diesem Bereich zu wenden, wenn sie unter Panikattacken, Depressionen und anderen psychischen / Verhaltensstörungen leiden. Dieses Buch dient nur zur Selbstexploration und macht aufmerksam auf verschiedene Aspekte des Lebens. Die Verantwortung der Nutzung in dem Buch erhaltenen Informationen liegt bei dem Leser. Sollten Sie sich entscheiden, die Empfehlungen zum Haftungsausschluss zu ignorieren, stimmen Sie zu, dass Sie selber verantwortlich sind für die eventuellen Schäden und der Autor keinerlei Verantwortung trägt.

Ich, die Autorin dieses E-Books übernehme keinerlei Gewähr für die Vollständigkeit, Korrektheit oder Qualität der in dem Buch bereitgestellten Informationen. Haftungsansprüche, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind gegen die Autorin grundsätzlich ausgeschlossen. Für die eventuellen materielleren Schäden oder Schäden ideeller Art ist die Autorin nicht verantwortlich, den meinerseits kein nachweislich vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden vorliegt. Ich kann jederzeit die Inhalte ohne gesonderte Ankündigung verändern, ergänzen, löschen oder die Veröffentlichung zeitweise oder endgültig einstellen.

## *Innere Harmonie durch Kommunikation*

Das Urheberrecht gilt auf den gesamten Umfang des Buches. Es braucht meine Genehmigung als Autorin dieses Buches, um diese Inhalte zu verbreiten, durch Fernsehen, Film, Rundfunk oder Internet. Für den vollständigen sowie den teilweisen Nachdruck, fotomechanische Wiedergabe, Datenverarbeitungssysteme und Tonträger jeder Art ist meine Genehmigung ebenfalls nötig.



# Erikő Orbán Heilpraktiker für Psychotherapie

Ich bin seit 2017 Heilpraktiker für Psychotherapie in Rosenheim. Ich habe bereits mehrere Methoden ausprobiert, aber den wahren Durchbruch in meinem Leben hat mir das Theta Healing® gebracht. In 2015 habe ich meinen ziemlich rentablen Arbeitsplatz gekündigt, denn obwohl es mir an nichts im Leben fehlte, trotzdem fühlte ich mich nicht vollkommen. Ich hab genau gespürt, dass es da draußen viel mehr gibt, als nur das, was mir meine Erfahrungen offenbarten, deshalb suchte ich meinen eigenen Weg. Ein halbes Jahr lang beschäftigte ich mich ausschließlich mit Selbstentwicklung. Ich hab viele Heilmethoden ausprobiert und erlangte einen hohen Grad an Selbstkenntnis. Während meiner Ausbildung hatte ich ebenfalls die Gelegenheit, verschiedene Techniken auszuprobieren, wobei das Hauptaugenmerk richtete ich immer auf die Effizienz. Beim Theta Healing hatte ich erstmalig das Gefühl, dass es endlich alles rund ist, da ich mit seiner Hilfe auf all meine Fragen und Probleme eine Lösung fand. Die Heilung habe ich an eigener Haut erfahren und mein Leben nahm eine ganz neue, konstruktive Wende. Während meiner praktischen Jahren half ich vielen Menschen mit dieser Technik, Ordnung in ihrem Leben zu schaffen. Daraus wuchs der Sinn für meine Berufung heraus und ich beschloss, diese wunderbare Technik fachgerecht anzuwenden. Wenn du ebenfalls nach Lösungen suchst oder einfach nur mehr über dieses Thema erfahren willst, dann schau dir [meine Webseite](#) an!