

KÄYTTÖOHJE AUDIOIDEN KUUNTELULLE

KUUNTELU



- Voit kuunnella audiota kaiuttimista tai kuulokkeilla. Mobiililaitteiden kaiuttimet eivät ole niin suositeltavat.
- Audio voi soida taustamusiikkina, sitä ei tarvitse aktiivisesti kuunnella. Voit myös laittaa audion soimaan hiljaiselle kun nuket.
- Voit tehdä samalla töitä, kotitöitä tai harrastuksia.
- Kuuntele myös autossa ja yleisissä kulkuneuvoissa matkustaessasi.
- Audioissa on vain hyviä positiivisia affirmaatioita, joten ei haittaa vaikka perhe kuuntelisi mukana.
- Mitä useammin kuuntelet, sitä nopeammin saavutat tuloksia.
- Älä kuuntele liian voimakkaalla äänellä.

VINKKEJÄ



- Juo paljon raikasta vettä. Audioiden kuuntelu on kuin tekisit ajatusmaailman detox-kuurin.
- Jos saat alkuun päänsärkyä, olet kuunnellut liikaa. Vähennä silloin hieman kuuntelua. Myöhemmin kun huomaat olosi paremmaksi, voit portaittain lisätä kuuntelua.
- Jos sinusta tuntuu siltä ettet edisty, vaikka olet ensin usein kuunnellut "VapaaMieli" audiota, voi olla että uskomuksesi ovat erittäin voimakkaita. Ole malttavainen ja jatka valitsemasi audion sekä VapaaMieli-audion kuuntelua vuoronperään. Muutaman viikon jälkeen voit pikkuhiljaa jättää VapaaMieli-audion pois.
- Jos aloitit kuuntelemaan suoraan valitsemaasi audiota ja sinusta tuntuu siltä ettet edisty, suosittelemme aloittamaan VapaaMieli-audiolla.
- Lisää tietoa löydät: www.onnenkuiskaus.fi/kysymykset
- Luota ajatuksen voimaan ja nauti elämästäsi sellaisena kuin se juuri nyt on!

Ihania kuunteluhetkiä!