

## FSH II.4 Kurprogramm: Ampel Test

Diese Lektion heißt Ampel Test und bietet eine Orientierung für Dich, mit deren Hilfe Du gut feststellen kannst, welche Intensitätsstufe geeignet und somit welcher Kurplan für Dich der passende ist.

**Hier geht es nicht um eine Diagnose im medizinischen Sinne, sondern um Selbstkenntnis und daß Du gut erkennst, wo Du stehst und welche Anwendungen für Dich am besten geeignet sind.**

Im Laufe meiner Tätigkeit als Energetikerin ist mir klar geworden, daß körperliches im Lot sein und emotionale und geistige Fitness zusammen auftreten.

Das ist interessant, weil man bei einer Verstimmung oder unguten emotionalen Grundstimmung beim Körper ansetzen kann! Sprich, fühlst Du Dich depro, kannst Du durch eine gezielte Körperreinigung eine massive Stimmungsaufhellung erleben.

In uns gibt es nicht nur alte Schlackenstoffe und herumschwirrende Schwermetalle, in uns lebt eben auch das, was ich gern als "die Bösen 4" bezeichne:

**Pilze, Viren, Bakterien und Parasiten.**

Ihre Wucherung ist nicht vorprogrammiert. Kann aber leicht passieren:

- durch eine Belastung wie starker Schmerz oder Verlust,
- einen Schicksalsschlag,
- einen Unfall,
- einen Umzug,
- eine Geburt,
- eine biologische Umstellung wie Wechsel oder
- aus dem Haus gehende Kinder.

Mit all diesen verschiebt sich unser Hormonsystem.

Das Hormonsystem ist nach meiner Einschätzung der maßgebende Faktor, daß die Bösen 4 in Zaum gehalten werden - oder eben nicht mehr in Zaum gehalten werden können. Verschieben sich die Hormone, kommt es leicht zu einer Wucherung.

**DAS ist die Schwachstelle, eine Umstellung der Hormonwelt!**

Stabilisiert sich die Lage wieder, gibt es jetzt mit etwas Pech eine neu erworbene Schiefelage durch die Wucherungen und der Mensch fühlt sich "nicht mehr so wie früher", erschöpft, die Kleinstwesen zapfen gewaltig Energie ab.

Hier geht es um die Fälle, wo jemand einen Unterschied zu früher erlebt. Wir haben erlebt, daß genau solche Personen am allermeisten von diesem Kurprogramm profitieren.

Das Muster hier ist folgendes:

### **Schritt 1: Man lebt ganz gut, bis etwas passiert.**

Irgend etwas Einschneidendes geschieht, der Mensch gerät aus dem Gleichgewicht. Das kann auch schleichend passieren.

Man lebt z.B. durch eine dauernde Überbelastung im Beruf oder durch das unter einen Hut bringen von Beruf, Kinder und einem schwierigen Partner längere Zeit in einem furchtbar stressigen Setting.

Dabei verliert man mehr und mehr Energie, die Regeneration fällt schwerer und schwerer. Die Anspannung wird zur Dauerspannung, das Gleichgewicht geht flöten. Stresshormone tränken unsere Zellen und beherrschen alles. Dadurch geht die Immunabwehr rasant runter.

Wucherungen sind die Folge.

### **Schritt 2: Danach gibt es Schwierigkeiten, wieder auf die Füße zu kommen.**

Es "läuft nicht mehr so wie früher". Man fühlt sich gealtert, verbraucht und das Gemüt ist verdunkelt. Vielleicht hat sich ein Symptom etabliert, das man loswerden möchte, das sich aber als therapieresistent erweist.

Hier fällt alles hinein, wo die Leute sagen:

*Ach, das ist das Alter! Wenn man älter wird, IST das einfach so.*

Was sie hier verwechseln, sind die Worte Alter und Parasitose.

Denn saubere Zellen altern kaum bis gar nicht. Verdreckung läßt uns altern. Und den meisten Dreck erhalten wir aus den Stoffwechselgiften diverser Opportunisten in uns.

Trifft diese Beschreibung der zwei Schritte auf Dich zu, kann das Kurprogramm viel für Dich bewirken!

Aber selbst, wenn Du Deinem Leben, das ohnehin ganz gut ist, eine neue Tiefe geben möchtest und Du Lust hast, Deine Frequenz zu erhöhen, ist das Kurprogramm super geeignet für Dich.

Die unterschiedlichen Intensitätsstufen zeigen Dir, welche Wege gut gangbar und momentan für Dich passend sind.

Im Folgenden findest Du ein kleines Quiz, mit dessen Hilfe Du Dich selbst gut einstufen kannst.

### **Bitte nimm als Referenzzeitraum die letzten 3 Wochen her.**

### **Was trifft im Schnitt der letzten 3 Wochen gesehen auf Dich zu?**

Die erste Antwort entspricht der Intensität GRÜN auf der Ampel.

Die zweite Antwort entspricht der Intensität ORANGE auf der Ampel.

Die dritte Antwort entspricht der Intensität ROT auf der Ampel.