

Was haben Sie sich vorgenommen für die schmalen Tage?

Spannend ist es, wenn man die Vielfalt der Berichterstattungen zu diesen Themen verfolgt.

Die Einen sagen, dass es sinnvoll sei, weil damit Schlacken und Ablagerungen abgebaut werden. Die Anderen sagen, es gibt gar keine Schlacken im Körper und diese seinen auch noch nie nachgewiesen worden.

Ist doch interessant – wir reden hier schon vom Selben, oder?

Fakt ist, Sie haben sich etwas vorgenommen und das ist gut.

Freuen Sie sich darauf und genießen Sie die Erfahrung, ohne tierischem Ernst. Bleiben Sie locker aber bleiben Sie dran.

Sollten Sie im extremen Bereich des Heilfastens unterwegs sein, besprechen Sie das auf alle Fälle mit Ihrem Arzt.

Und, notieren Sie sich Ihre Wahrnehmungen, Empfindungen und Veränderungen, damit Sie zu einem späteren Zeitpunkt einen Überblick haben, was besonders wirksam in Ihrem Sinne gewesen ist.

Gerne können Sie auch ein Veränderungs-Coaching parallel dazu nutzen.



Paul Lürzer KG  
Weinbergstiege 2  
5201 Seekirchen am Wallersee  
Coaching- & Mediationsraum  
Mayrwiesstraße 2, 5300 Hallwang/Salzburg

Telefon: 0043 (0) 664 4108140  
E-Mail: [office@luerzer-training.at](mailto:office@luerzer-training.at)  
Website: <http://www.luerzer-training.at>  
Xing: [https://www.xing.com/profile/Paul\\_Luerzer](https://www.xing.com/profile/Paul_Luerzer)  
Skype: luerzerpaul