



CD-combinaties voor **emotionele en lichamelijke klachten**

Allergie	1 Basisoefening *
	2 CD Emotionele Souplesse, gevolgd door
	3 CD Emoties & gevoel, of
	4 CD Harachakra, of
Angst	1 Basisoefening *
	2 CD Tegenslag & Vertrouwen
	3 CD Emotionele Souplesse
	4 CD Emoties & Gevoel
Depressie	1 Basisoefening *
	2 CD Tegenslag & Vertrouwen
	3 CD Emotionele Souplesse
	4 CD Emoties & Gevoel
Grensoverschrijdingen (pesten, misbruik)	1 Basisoefening *
	2 CD Tegenslag & Vertrouwen
Hart & vaten	1 Basisoefening *
	2 CD Emoties & Gevoel
	3 CD Overprikkeling & Alter Major, track 3 en 4
Hormonen	1 Basisoefening *
	2 CD Rust & Evenwicht, track 2
	3 CD Aura's & Chakra's, track 1
Huid	1 Basisoefening *
	2 CD Emoties & Gevoel
	3 CD Aura's & Chakra's



Immuniteit

- 1 Basisoefening*
- 2 CD Hara,
- 3 CD Emoties & Gevoel,
- 4 CD Overprikkeling & Alter Major

Lever-energie

- 1 Basisoefening*
- 2 CD Harachakra

Pijn

- 1 Basisoefening*
- 2 CD Rust & Evenwicht, track 2
- 3 CD Overprikkeling & Alter Major, track 3 en 5
- 4 CD Hara
- 5 CD Aura's & Chakra's

Reserve-energie

- 1 CD Mindfulness (bij onbekendheid met mediteren)
- 2 Basisoefening*
- 3 Track 1 van cd Neutraliteit
- 4 CD Aura's & Chakra's

Stress

- 1 Basisoefening*
- 2 CD Tegenslag & Vertrouwen
- 3 CD Overprikkeling & Alter Major
- 4 CD Neutraliteit

Veerkracht

- 1 Basisoefening*
- 2 CD Tegenslag & Vertrouwen
- 3 CD Hara chakra

Vertering

- 1 Basisoefening*
- 2 CD Emotionele Souplesse

Zelfontwikkeling

- 1 Basisoefening*
- 2 CD Neutraliteit
- 3 CD Emoties & Gevoel
- 4 CD Aura's & Chakra's

* Basisoefening;

Deze staan op track 1 van de cd Rust & Evenwicht, op track 2 van cd Emoties & Gevoel, idem op cd Overprikkeling & Alter Major en cd Tegenslag & Vertrouwen.

Meer combinaties en wetenschappelijke achtergrond informatie staan op de sites:
gottswaal.nl, gottschalmeditaties.nl en natuurdietisten.nl
(onderdeel Ziekten en natuurvoeding)

