

# Ashika

**MINUS 3 PLUS 1:**

**DIE ZAUBERFORMEL FÜR DEINE STIMME**

damit es leicht geht - damit es fließt - damit Du frei bist



[www.ashika.one](http://www.ashika.one)

## Lass folgende 3 Gedanken los:

### Minus Gedanke 1:

„Ich kann nicht singen!“

Hast Du eine Stimme? Dann kannst Du auch singen. Gesang beginnt, sobald Deine Stimme länger erklingt als bei einem gesprochenen Wort. Es muss keine bestimmte Melodie sein und Du musst kein Profi sein um zu singen. Du kannst Deiner Stimme freien Lauf lassen und sie auf einem einzigen Ton erklingen lassen und Du wirst erleben, dass Gesang bereits hier beginnt!

### Minus Gedanke 2:

„Ich bin unten und ich muss hoch!“

Wenn Du Deine wahre Identität annimmst und verstehst, dass Du nicht der Körper bist, dann bist du überall und kannst Deine Stimme von oben, unten, rechts, links, vorne, hinten... annehmen. Komme von oben auf die hohen Töne und es wird leicht gehen!

### Minus Gedanke 3:

„Ich bin der/die SängerIn.“

Lass diese Identifikation los und verstehe, dass Dein Körper ein Kanal ist. Identifikationen schränken uns immer ein! Du bist so viel mehr als dieser Körper. Du bist alles, was ist und als das darfst Du auch singen! Wenn Du denkst, Du bist der Körper, dann wirst Du immer wieder harte Grenzen erleben. Wenn aber darüber hinaus gehst und Dich als Bewusstsein wahrnimmst wird sich auch Deine Stimme verändern

**DIES FÜHRT UNS BEREITS GANZ NATÜRLICH ZU DER EINEN WAHRHEIT, DIE DICH WIRKLICH VORANBRINGT:**

**Plus 1 Wahrheit:**

Du bist das Instrument, das vom universellen Bewusstsein mit Klang gefüllt wird. Du öffnest Dich und wirst weit, damit möglichst viel Bewusstsein in Form von Klang in Dir resonieren kann.

**DANKE FÜR DEINE OFFENHEIT, DIES IN DIR WIRKEN ZU LASSEN!**

**Was bewirkt die Zauberformel in Dir?**

Lass es mich gerne wissen und schreib mir an [ashika@online.de](mailto:ashika@online.de)  
Oder besuche mich auf Instagram, Facebook und Youtube!

[https://instagram.com/ashika\\_musicvoicesatsang](https://instagram.com/ashika_musicvoicesatsang)

<https://facebook.com/ashikamusic>

<https://youtube.com/@ashikamusic>

**Du möchtest mehr?**

Dann hol Dir Deine Kostprobe meiner Arbeit oder melde Dich direkt für den Vibration Call an: ein kostenloses Gespräch, in dem wir erstmal herausfinden, ob wir zusammenpassen und anschließend schauen, welche Art der Zusammenarbeit für Dich am sinnvollsten ist. Hier kannst Du die Kostprobe bestellen oder Dich direkt zum Call anmelden:

<https://ashika.wufoo.com/forms/vibration-call>

<https://ashika.one/deine-kostprobe>