



# 3 PRAXISBEWÄHRTE TIPPS

## **STRESSREDUKTION**

BORIS VUKSA

### **Impressum**

[schauspielprinzip.com](http://schauspielprinzip.com) | Zelgmatt 61 | 8132 Egg | Schweiz

Für Fragen kontaktiere mich direkt per E-Mail: [matrixsupport@schauspielprinzip.com](mailto:matrixsupport@schauspielprinzip.com)

Hinweis: Das unerlaubte Weitergeben, Verteilen und Kopieren der PDF ist strengstens untersagt und führt zu rechtlicher Verfolgung.

Hey, Boris hier...

Wenn du dich im Alltag von Stress, Hektik und schlechter Laune gefangen fühlst, dann ist dieser Strategieplan genau das, was du jetzt brauchst.

### **Hier ist der Grund dafür:**

Ich selbst hatte vor wenigen Jahren noch das Gefühl an all' meinen Aufgaben und Verantwortung zu ersticken.

Bestimmt kennst du das auch:

Morgens läutet der Wecker - mit dem Sound den du ohnehin nicht mehr aushältst - du drückst eventuell auf die Snooze-Taste und verschläfst ein paar Minuten und schon geht das Theater los.

Du hast gar nicht richtig Zeit eine „Morgenroutine“ zu fahren: schnell duschen, schnell anziehen, wenig frühstücken (wenn überhaupt) und bist schon auf dem Weg in die Arbeit.

Und auf die Arbeit freust du dich auch nicht besonders, wenn du daran denkst, was dich dort wieder erwartet...

Komplizierte Kollegen, unerledigte Aufgaben, unzufriedene Kunden, ein genervter Chef...usw!

Kaum entfliehst du dieser Job-Hölle, kommst du Zuhause an und da läuft auch nichts, wie es sollte. Die Kinder (falls du welche hast) sind total unruhig. Dein Ehepartner ist selbst auch gestresst und es herrscht eine Atmosphäre in deinem Haus/ Wohnung, die kaum auszuhalten ist.

Am liebsten würdest du in einer solchen Situation die STOP-Taste drücken, oder?!

### **Wie gesagt, vor wenigen Jahren ging es mir genauso...**

Von morgens bis abends schien ich wie ein Getriebener und Fremdbestimmter Sklave zu sein, der ständig unter Dauerstress sein Leben bewältigen musste.

Und ich wusste: Wenn ich mein Problem nicht JETZT SOFORT löse, wird mich das alles eines Tages einholen.

Entweder durch Burnout, Krankheit oder einer kaputten Ehe...

## **Irgendwann war mir alles viel zu viel und ich entschloss mich etwas zu verändern.**

Und erst mit diesem Entschluss kam es zur echten Veränderung.

Jetzt läuft es anders rum: Ich bin morgens weder gestresst, noch müde, noch geplagt von irgendwelchen Gedanken - ganz im Gegenteil: Ich freue mich auf den neuen Tag!

Und jetzt stellst du dir die Frage: „Wie ist das möglich? Ich kann ja nicht meinen Job einfach von heute auf morgen austauschen oder die Personen von denen ich umgeben bin!“

**Hier ist die gute Nachricht:**

Ich habe es auch nicht getan, aber ich habe 3 Dinge gemacht, die meine Sichtweise komplett verändert haben, welche ich hier und jetzt enthüllen werde.

**Stell dir mal vor...**

Du bist nicht mehr gestresst und in deiner Beziehung herrscht nur noch Harmonie. Auch wenn deine Kinder mal unruhig sind, du bist die Ruhe selbst und weißt genau wie du mit der Situation umgehen musst. Deine Kollegen und der Chef nerven dich auch nicht mehr. Du bist glücklicher denn je und lebst endlich dein selbstbestimmtes stressfreies Leben.

**Was würde das in deinem privaten Leben bewirken?**

**Wie würde das deine Stimmung verändern?**

**Und wie würde das deine Lebensqualität verbessern?**

Nun, genau diese Realität will ich in deinem Leben sehen und ich engagiere mich dafür, dir meine Unterstützung mitzugeben, sodass dieses Szenario für dich so bald wie möglich Realität wird.

Der kostenlose Strategieplan zur Stressreduzierung ist der erste Schritt dazu.



Beste Grüsse und bis bald

Boris Vuksa

# 3 praxisbewährte Tipps, mit denen du im Alltag dein Stressniveau um 95% reduzieren kannst (auch wenn du nervige Kollegen oder unruhige Kinder hast)

## **Tipp #1: Du bist nicht für alle Probleme in dieser Welt zuständig**

Wenn du die Nachrichten siehst und wiederum eingetrichtert bekommst, was alles in der Welt schief gelaufen ist...

Kriege, Morde, Vergewaltigungen, Pandemien, etc.

Dann entscheide dich für folgendes: DU BIST NICHT DAFÜR ZUSTÄNDIG!

**Fokussiere dich auf die Dinge, die du verändern kannst - was in deiner Macht steht - und ärgere dich nicht um die Umstände, die du nicht beeinflussen kannst.**

Sowohl im Job, wie auch der Familie, in deinen Beziehungen und allen anderen Bereichen deines Lebens.

## **Tipp #2: Prioritäten setzen**

Man hört ja, das Stress und Streit in der Familie etwas völlig normales sei.

So ein Schwachsinn.

Denk mal darüber nach: **Deine Familie sind doch die Menschen, die du auf dieser Erde am meisten liebst. Warum um Himmels Willen solltest du dich mit ihnen laufend streiten und deswegen Stress haben?!**

Das macht überhaupt keinen Sinn!

Natürlich nicht, denn es ist nicht normal, sondern reine weltliche Propaganda, die nicht dein Bestes im Sinn hat.

Solltest du daher in die Situation kommen, dass du wieder mal „Recht“ haben möchtest oder sich ein „Streit“ entwickelt, stelle dir folgende Frage:

„Was ist mir jetzt wichtiger? Eine harmonische Atmosphäre in der Familie oder, dass ich Recht habe?“

Die Antwort auf diese Frage löst sich ganz von selbst.

## Tipp #3: Die Anti-Stress-Technik im MATRIXPRINZIP machen

Diese Tipps habe ich mir übrigens nicht aus der Luft gegriffen, sondern sie im MATRIXPRINZIP kennengelernt.

Seit dem ich sie in der Praxis umsetze, hat sich meine Lebensqualität multipliziert und das liegt vor allem daran, dass ich mich nicht mehr stressen lasse und andere nicht mehr stressen.

**Die im MATRIXPRINZIP vorgestellte Anti-Stress-Technik wird dein Leben verändern!**

Aber ich will Coach Cecil, dem Initiator vom MATRIXPRINZIP nicht ins Wort fallen, den er kann das aufgrund seiner reichen Erfahrung in diesem Bereich - deutlich besser erklären als ich!

**[HIER IST DER LINK ZUM MATRIXPRINZIP](#)**

**! Bonus !**

**Der Mindset entscheidet über dein Leben !!!**

Egal in welchem Bereich du tätig bist, welchem Traum du nachgehst, du brauchst den richtigen Mindset. Erst das richtige Mindset erlaubt es dir, Dinge aus der richtigen Perspektive zu betrachten und vor allem richtig zu handeln. Mit dem entsprechenden Mindset wird dir keine Hürde zu hoch und kein Weg zu lang sein - du wirst **durchziehen, bis du dein Ziel erreichst**.

Coach Cecil, einer meiner Mentoren, hat das mit dem [MATRIXPRINZIP](#) besonders gut auf den Punkt gebracht. Nur durch das MATRIXPRINZIP hat sich mein Mindset so krass transformiert und stahlhart gemacht, sodass ich nun genau weiss wie ich mit schwierigen Situationen umgehen muss und so keinen Stress mehr empfinde.

Dieses Coaching kann ich nur wärmsten empfehlen, wenn du auch zu den Menschen gehören willst, die dauerhaft stressfrei und glücklich sind in ihrem privaten sowie im beruflichen Leben.

Klicke jetzt auf den Link unterhalb und du bekommst einen **spezial Rabatt von 30%** auf das MATRIXPRINZIP:

**[➔ MATRIXPRINZIP RABATT](#)**


Einfach bei der Bestellung den code: **geheim30** eingeben! Der Rabatt wird automatisch abgezogen.


Falls du dich entscheidest, das MATRIXPRINZIP über meinen Link zu buchen, profitierst du zusätzlich von meiner Erfahrung und Erfolgen im MATRIXPRINZIP.

Ich werde dich **während 52 Wochen im MATRIXPRINZIP persönlich betreuen** und schenke dir auch noch das ultimative Bonuspaket dazu.

## ! Ultimatives Bonuspaket !


 **Du bekommst meine Whapp Nummer** und kannst dich 24/7 bei mir melden.


 **Ich stehe dir während der ganzen Laufzeit** des MATRIXPRINZIP bei Fragen zur Verfügung und antworte dir innerhalb von 30 Minuten. Ich werde dich Mental unterstützen, falls mal Sand im Getriebe ist und du nicht weiter kommst. Meine Devise ist nicht aufzugeben und die 52 Wochen durchziehen! Zusammen schaffen wir das!


 **Auch zum MAXIMUMPRINZIP dem Gesundheits-Coaching** stehe ich dir für Fragen zur Verfügung. Ich stehe dir als personal Coach zur Verfügung und motiviere dich, sodass du am Ball bleibst!

 **Wenn du deinen inneren Schweinehund überwinden musst**, einfach eine whapp schreiben und ich trete ihm in den A\*\*\* :)

 **30-60 Gespräch Strategieggespräch** sobald du mit dem MATRIXPRINZIP beginnst.

 **Falls der Bedarf über ein Zoom Call da ist**, dann bin ich jederzeit bereit dich zu beraten und motivieren. Mir ist jedes Mittel recht, damit du Erfolg hast.

 **Fragen zum BUSINESSPRINZIP beantworte ich dir** auch, da du mit dem MATRIXPRINZIP auch befugt bist, dich für das BUSINESSPRINZIP anzumelden.

 **Du bekommst du meinen persönlichen exklusiven Q&A Katalog von den legendären Stories von Coach Cecil** mit den wichtigsten Fragen seiner Follower zum Thema Gesundheit und Finanzen inklusive Verlinkungen. (Die früheren Q&A's als noch viele Fragen zur Gesundheit gestellt wurden, darum ist dieser Katalog entsprechend Wertvoll)

 **Du bekommst zusätzlich 50 Euro geschenkt**

**Alle Boni erhältst du KOSTENLOS zusätzlich zum MATRIXPRINZIP**

 **MATRIXPRINZIP RABATT**

Beachte: Nur wenn du das MATRIXPRINZIP über meinen Link bestellst, erhältst du KOSTENFREI Zugriff auf das ultimative Bonuspaket.

Dir entstehen **KEINE zusätzlichen Kosten**.

➔ Schreibe mir auf [matrixsupport@schauspielprinzip.com](mailto:matrixsupport@schauspielprinzip.com) sobald du gebucht hast und du bekommst sofort Zugriff auf dein ultimatives Bonuspaket!

**Erst das MATRIXPRINZIP hat mir ermöglicht in neuen Dimensionen zu denken und mich von alten Denkmustern zu befreien. Endlich sehe ich Möglichkeiten, mich endlich aus dem Hamsterrad zu befreien.**

Ende Dezember 2020 hat mir Coach Cecil in Dubai persönlich den letzten Kick gegeben ein Online Coaching für Schauspieler zu erstellen. Als Resultat dessen habe ich angefangen fleissig am Fundament für das Coaching zu arbeiten. Seit dem 1.11.2021 bin ich im BUSINESSPRINZIP, dank dem es mir innerhalb von kurzer Zeit möglich war, mein Coaching auf die Beine zu stellen.

Ohne das MATRIXPRINZIP, dem Fundament für das BUSINESSPRINZIP wäre das nie möglich gewesen.

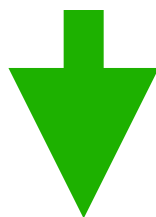
Gleichzeitig empfehle ich alle Programme von Coach Cecil weiter und freue mich, wenn ich auch dir helfen kann, dich persönlich so krass zu transformieren und dich aus dem Hamsterrad zu befreien.

Gerne erzähle ich dir in einem persönlichen Gespräch mehr darüber.

Wie wäre es, wenn du endlich alle Bereiche in deinem Leben verbesserst, keinen Stress mehr empfindest, emotional und finanziell Frei wirst?

Das MATRIXPRINZIP bietet die perfekte Anleitung dafür!

Du musst dich nur für deine persönliche Transformation und das Leben in Freiheit entscheiden.



Klicke jetzt unterhalb auf den Link und du erhältst

➔ **einen spezial Rabatt von 30% mit dem Code: geheim30 auf das MATRIXPRINZIP**

➔ **Zugriff auf das ultimative Bonuspaket**

➔ **[MATRIXPRINZIP RABATT](#)**

➔ Schreibe mir auf [matrixsupport@schauspielprinzip.com](mailto:matrixsupport@schauspielprinzip.com) sobald du gebucht hast und du bekommst sofort Zugriff auf dein ultimatives Bonuspaket!

Danke für deine Aufmerksamkeit und viel Erfolg mit den Tipps und mit dem MATRIXPRINZIP!

Boris Vuksa

PS: Falls du Fragen haben solltest, dann kontaktiere mich einfach per E-Mail:

[matrixsupport@schauspielprinzip.com](mailto:matrixsupport@schauspielprinzip.com)

**Folge mir auch auf:**

[Instagram](#)

[Youtube](#)

[Website](#)