

Lo studente che fa questi esercizi deve stare attento alle parole malcomprese e l'allenatore deve assicurarsi che, sia lui che lo studente, comprendano ciascun stato d'animo (tono). L'allenatore dovrebbe individuare qualsiasi stato d'animo troppo facile da fare e dovrebbe farlo ripetere finché l'automatismo non si sia spezzato.

Se per uno studente è troppo difficile uno degli stati d'animo, gli si fa fare il TR 1 con differenti beingness; per esempio, ad uno studente timido che sta cercando di esprimere antagonismo, si potrebbe chiedere di fare TR 1 come una pantera, un leone, una canaglia, ecc.. Se glielo si facesse fare come un timido uccellino o come qualcos'altro di timido che non potrebbe mai essere antagonistico, lo si lascerebbe probabilmente allo stesso punto in cui è. Inoltre fallo finché lo studente non abbia una vittoria e non usarlo per tormentarlo. L'obiettivo è quello di fargli fare TR 1 in un modo antagonistico. Questi cambiamenti d'identità lo aiutano a togliere la sua attenzione dalla repulsione per un'emozione che non riesce a fare con facilità.

Una volta iniziati, gli Esercizi sugli Stati d'Animo devono essere continuati finché l'intera scala non sia scarica, così che l'auditor non si blocchi sulla Scala del Tono, ma possa assumere ogni stato d'animo con facilità e senza sforzo. Quando un auditor è turbato riguardo alla sua voce, lo si può far parlare in modo melodioso, annoiato, entusiastico, finché non può cambiare a volontà il tono della sua voce.

Gli Esercizi sugli Stati d'Animo devono essere fatti quando un auditor si esprime in modo meccanico o il suo tono è sbrigativo, non interessato o fissato su qualche emozione. Un auditor può essere esercitato sugli assessment del Libro degli Esercizi all'E-Meter usando gli Esercizi sugli Stati d'Animo, quando il suo assessment è spento o monotono. Qualsiasi emozione cronica come l'essere "dolce", "leggero, delicato e leggiadro", o triste, cupo, mortalmente serio, indifferente, può essere risolta con gli Esercizi sugli Stati d'Animo.

ESERCIZI SUGLI STATI D'ANIMO A 15 METRI

Per curare uno stato d'animo fissato che non sembra smuoversi con i normali Esercizi sugli Stati d'Animo, si possono usare gli Esercizi sugli Stati d'Animo a 15 metri. Lo studente e l'allenatore vanno in un'area dove possono fare un po' di baccano senza disturbare. L'allenatore e lo studente sono almeno a 15 metri di distanza l'uno dall'altro e fanno l'Esercizio sugli Stati d'Animo, come descritto sopra, a questa distanza.

Gli Esercizi sugli Stati d'Animo non solo sono divertenti da farsi, ma anche permettono ad un'auditor di essere causa su come i suoi TR suonano in una seduta, senza sforzo e senza che i suoi stati d'animo interferiscano con la seduta, e quindi ottenendo il massimo dei miglioramenti su un pc.

L. RON HUBBARD
Fondatore

LRH:jk.gm

Trad PGC:GI/GS/RE/EB:EB:ae