



**mindmedi**

MIND & MEDITATION - CHANGE NOW!

So gehts



Neuronales Training

mindmedi





# SO GEHTS: MINDMEDIS

Bei den mindmedis handelt es sich um die Kernelemente des Kurses. Es sind Audiodateien, die dich auf binauraler Basis zu Gedanken- und Emotionsarbeit anleiten.

- **mindmedis** sind in zwei Teile untergliedert. Zunächst erhältst du in Teil eins Gedankenimpulse und wirst durch eine Art von Meditation geführt. Danach folgt der zweite Teil, den wir Solo nennen. Dieser Teil trägt dem Ziel des Kurses Rechnung, dass wir die Teilnehmer selbst ermächtigen wollen, sich geistig an die Hand zu nehmen und aktiv ihr Leben zu gestalten. Wir empfehlen dir diese Solos an den geführten ersten Teil dranzuhängen. Dadurch versetzt du dich in die Lage, selbst deine Gedanken und Emotionen zu steuern und später in Kohärenz zu bringen. Je öfter du das ohne fremde Hilfe tust, umso eher erreichst du Veränderung.
- Im Soloteil soll in dir nachklingen, was dein Geist und dein Unterbewusstsein in Teil eins aufgenommen und schon umgesetzt haben. So findest du deinen eigenen Weg höhere Emotionen wie Freude, Freiheit oder Dankbarkeit zu empfinden. In diesem energetischen Zustand, indem du die höheren Emotionen tatsächlich empfindest, geht es darum, sich mit der Zukunft zu verbinden. Die **mindmedis** begleiten dich auf dem Weg, diese Energie mit in den Alltag zu nehmen, in dem sich die Veränderungen zeigen werden.

