



IMPERIAL
MIND

HERZLICH WILLKOMMEN



Für freuen uns sehr, dass Du den Weg in unsere Imperial Mind Community hier auf WhatsApp gefunden hast!

Auf Dich warten regelmäßige spannende Impulse, um Dein Unternehmen in die einzigartige Sichtbarkeit zu bringen, die es verdient, und gleichzeitig ein

emotional freies, bewusstes und glückliches Leben in der Weiterentwicklung und Selbstverwirklichung zu führen.

*Theresa &
Patrick*



Wann immer wir Dich als Unternehmer unterstützen können in den Themen Sog- & Innovationspositionierung sowie persönlicher Wachstum (Mind-Results und Emotional & Systemic Healing) komm gerne auf uns zu via Mail an info@imperial-mind.com oder via Telefon 017682265078.

MEDITATIONS-GUIDE

Um unser Willkommensgeschenk, die Meditation “Zielfrequenz” für Dich ziel-führend zu nutzen, haben wir hier einen übersichtlichen Guide erstellt, damit Du auch nicht nur einen spürbaren, sondern auch einen sichtbaren Effekt erzielst.



SCHAFTE EINEN RUHIGEN RAUM DES RÜCKZUGS

Meditationen sind eine Möglichkeit, um den Geist zu beruhigen, sich seiner unbewussten Programme als Beobachter bewusst zu werden und dann neu zu wählen. Insofern vermeide Ablenkung und Lärm, schenke Dir diese 30min!



NUTZE DIESE ATEMÜBUNG ZUR EINSTIMMUNG

Bevor Du es Dir mit Deinen Kopfhörern auf einem Sessel bequem machst, zentriere Dich, um leichter in die Meditation rein zu kommen und nicht so stark von Gedanken abgelenkt zu werden. Atme dafür 10x tief ein und aus.



FOLGE DER GEFÜHRTEN MEDITATION

Egal, ob Du bereits Meditationsprofi bist, es nur gelegentlich genutzt hast oder noch keinen Berührungspunkt damit hattest - dies ist eine geführte Meditation. Insofern folge einfach den Anleitungen und entspanne Dich!



MEDITIERE TÄGLICH

Wiederholung macht den Meister. Das gilt auch hier. Meditiere am besten täglich zur gleichen Uhrzeit. Du hast keine Zeit?! Ein altes Sprichwort sagt: Meditiere täglich 20min, außer Du bist in Eile, dann meditiere 1 Stunde.



SEI DIE VERÄNDERUNG MIT OFFENEN AUGEN

Es ist schön 30min zu meditieren und dann unbewusst durch den restlichen Tag zu laufen. Das ist so, als würdest Du ein gesundes Frühstück essen und sonst nur Pizza. Nimm wahr, statt zu reagieren und vorallem - halte das Zielbild aufrecht. Sei diese Veränderung - denke so, fühle so, handle so! Nur so kann sich früher oder später ein sichtbarer Effekt einstellen - ähnlich wie bei der Ernährung und Gesundheit! Ach und - habe Geduld und bleib dran!