

## Das MEDITATIONS EXPERIMENT

11.01.2017, 15:34 | Wissenschaft, Forschung, Bildung

Pressemitteilung von: *MP Academy GmbH*

Presseagentur: *MP Academy GmbH*

---



Logo Header Mind Potential Academy

SEHR KURZE, wirksame Meditationen für Menschen, die Konzentration und Ruhepausen im Alltag erwarten. Die KURZ-Meditationen sind MITTAGSPAUSEN-tauglich und machen Lust auf mehr.

-----

"Das MEDITATIONS EXPERIMENT (<http://mp-academy.de/meditationsexperiment/>)" ist keine MediCD im herkömmlichen Sinne. Wir alle kennen Situationen, wo uns ein Moment der Ruhe gut tun würde und allzu gerne würden wir dann schnell abschalten können. Doch ein Gedanke jagt den Nächsten und anstatt zu meditieren widmen wir uns einem neuen Gedanken, um uns von allen anderen abzulenken.

Wenn Du Dich einmal umschaust wirst Du feststellen, dass immer mehr Menschen dauerhaft angespannt sind, Rückenschmerzen haben, sich erschöpft fühlen und schlecht schlafen.

Dabei ist uns bewusst, dass der Gummi, den wir dauerhaft auf Spannung halten, früher oder später reißen wird, wenn wir keine Balance zwischen Anspannung und Entspannung finden.

Und genau hierbei hilft Dir das Meditations Experiment!

Du kannst selbst experimentieren, was für Dich besonders hilfreich ist; - spielerisch und ohne Druck. Wähle eine von 7 Kurzmeditationen aus, die am besten zu dem passt, was Du am meisten brauchst (zum Beispiel Energie und Herz, Gesundheit, ein Kraftsymbol, mehr Intuition etc..). Die Kurzmeditation führt Dich in maximal 15 Minuten (die meisten sind 10 - 11 Minuten lang) zur Entspannung und entlässt Dich gestärkt und erfrischt. Du hast einen klaren Kopf und kannst wieder gute Entscheidungen treffen. Dabei eignet sich die Meditationslänge optimal für viele Alltagspausen: In Bus oder Bahn, nach dem Mittagessen, im Wartezimmer, auf der Parkbank, vor der Lieblings-Fernsehserie, in der Badewanne...

Die Kurzmeditationen helfen dir Meditationen im Alltag zu integrieren und mit Spaß und Freude und deiner Lieblings Meditation zu experimentieren. Enjoy it!

Zum MEDITATIONS EXPERIMENT (<http://mp-academy.de/meditationsexperiment/>)

Viel Spass beim ausprobieren.

Liebe Grüße  
Marc Gerhardt  
Mind Potential Academy

-----  
Pressekontakt:

MP Academy GmbH  
Herr Marc Gerhardt  
Lindenburger Allee 4  
50931 Köln - Lindenthal

fon ..: 01716400106  
web ..: <http://www.mp-academy.de>  
email : [marc.gerhardt@mp-academy.de](mailto:marc.gerhardt@mp-academy.de)

## Portrait

### INTUITION & MEDITATION...

...führen zu mehr Ruhe, Klarheit und Energie. Das sind die Kernkompetenzen der Mind Potential Academy. Als Spezialisten zeigen wir unseren Klienten und Teilnehmern einen Weg, sich wieder mit der INTUITION zu verbinden. Wir erschaffen dadurch mehr Selbstverantwortung und Vertrauen in die eigenen Handlungen.

Die Förderung der INTUITION stärkt die Kreativität sowie die emotionale Kompetenz- ein wesentlicher Aspekt, um erfüllter zu leben. Ein Mehrwert, der verstärkt in beruflichen oder privaten Bereichen zunehmen darf!

---

News-ID: 933916 • Views: 495 (Stand: 26.06.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/933916/Das-MEDITATIONS-EXPERIMENT.html>