

QuantenIntelligenz

Bewusst(sein) das uns verbindet



Liebe QuantenIntelligenzlerInnen,
liebe NewsletterabonentInnen,
liebe FreundInnen,

gleich zu Beginn der neuen Arbeitswoche möchte ich Euch eine kleine Bewusstseinsübung mit auf den Weg geben.

Wenn ihr Lust und Zeit dazu habt, macht diese Übung mehrmals täglich und ihr werdet feststellen, dass Ihr damit relativ schnell zur Ruhe kommt.
Diese Übung kommt übrigens aus dem Zen-Buddhismus.

Übung Atem zählen von 1 bis 10:

Setzt Euch irgendwo bequem hin. Werdet Euch Eures Körpers bewusst. Fühlt die Berührungspunkte mit dem Boden oder wo ihr eben sitzt.

Richtet Eure Aufmerksamkeit auf Euren Atem.

Wo spürt Ihr den Atem? In der Nase, im Bauch, im Brustraum im Herzen?

Atmet einfach ganz ruhig dahin.

Jetzt beginnt damit die Atemzüge zu zählen und zwar von 1 bis 10 und dann wieder von vorne und zwar nur beim Einatmen.

Das klingt zwar leicht, aber ihr werdet Euch immer wieder ertappen, dass ihr schon bei 12 oder 13 angelangt seid.

Das macht nichts. Fangt dann einfach wieder bei eins an. Einatmen – eins, ausatmen, einatmen – zwei, ausatmen.....usw. bis 10 und dann von vorne.

Macht diese Übung täglich mindestens 10 Minuten und ihr werdet damit konzentrierter und viel ruhiger.

Viel Spaß dabei ;-))

Weitere Übungen findet Ihr auch auf www.quantenintelligenz.at unter Selbsthilfe aber auch in der Lesecke!

Seminar Russische Methoden zur Realitätssteuerung anhand von Zahlenreihen:

Das Seminar findet am Sonntag, 6. November 2011 von 14-18 Uhr in Irdning statt. Kosten: € 90,-- pro Person.

Seminarinhalt:

Umgang mit den 7 bis neunstelligen Zahlenreihen und verschiedene Übungen
Steuerung der Ereignisse mithilfe von Tonwellen
Wiederherstellung der Wirbelsäule

Wiederherstellung des Verdauungs-Systems
Auswege aus Problemzuständen
Konzentrationsübungen
Wiederherstellung von paarweise vorhandenen Organen
usw.

Für dieses Seminar gibt es noch drei freie Plätze und es ist für alle geeignet die mindestens QuantenIntelligenz Teil 2 abgeschlossen haben, da wir auch bei den Russischen Methoden „Bewusstsein“ brauchen ;-))

QuantenIntelligenz Teil 1:

Den nächsten freien Termin gibt es erst wieder am Samstag, 5. November 2011 von 14-18 Uhr!

Alle Termine unter www.quantenintelligenz.at/seminare.html

QuantenIntelligenz Teil 2:

Für Samstag, 22.10. und Freitag 28.10. jeweils von 14-18 Uhr gibt es noch Restplätze.

QuantenIntelligenz Teil 3:

Den nächsten freien Termin gibt es am Samstag, 12. November von 14-18 Uhr.

Noch ein Hinweis:

Sehr viele meiner SeminarteilnehmerInnen wiederholen Kurse zum Auffrischen und dran bleiben oder weil sie mit einem Familienmitglied oder Freunden gemeinsam noch einmal kommen.

Jeder der einen Kurs wiederholt, bezahlt nur die Hälfte der üblichen Kurskosten also € 40,--!

Praxis-Vertiefung 1:

Für alle die schon QuantenIntelligenz Teil 3 abgeschlossen haben, gibt es am Freitag, 4. November 2011 von 15 bis 17 Uhr eine Praxisvertiefung.

In dieser Praxisvertiefung geht es um effektives Arbeiten mit QuantenIntelligenz sowie Erfahrungsaustausch untereinander.

Zudem gibt es natürlich auch wieder etwas neues wie z.B. das Arbeiten mit Paralleluniversen.

Kosten: € 40,--

Quantler-Treff:

Am Dienstag, 15. November 2011 gibt es von 16:00 bis 17:30 Uhr einen kostenlosen Quantlertreff bei mir!

Beim Quantlertreff machen wir gemeinsame Fernsitzungen für den Weltfrieden, senden Liebe an ganze Ortschaften wie z.B. Irdning, an einzelnen Personen usw.

Der Quantlertreff ist für all jene geeignet die schon mindestens zwei Teile QuantenIntelligenz gemacht haben.

Wäre toll wenn Ihr mit dabei seid! Eine Anmeldung ist unbedingt notwendig!

Alle Termine findet Ihr auf www.quantenintelligenz.at/oktober.html

Ich freue mich schon sehr Euch bald wieder zu sehen und es wäre toll wenn Ihr meine Mails auch an interessierte Freunde und Bekannte weiterleitet, denn Ihr wisst ja:

„Unser Bewusstsein verändert die Welt in jedem Augenblick!“

Einen schönen Start in die neue Woche mit viel Liebe, Bewusstsein und Wundern wünscht Euch

Gabriela König