



SILENT ACADEMY

www.silent-academy.com



SILENT ACADEMY

Die direkteste Art deine Gedanken

SILENT DEPRESSION MIND CONTROL

aufzulösen

Herzlich Willkommen! Vielen Dank, dass du dich für eine Reise nach Innen interessierst. Willkommen in der wundervollen Welt der Gedankenkontrolle.

Lerne, wie du Gedankenspiralen und alte Traumata auflösen, und wieder ganz ins Spüren kommst.

WARUM

GEDANKENKONTROLLE

Kurz gesagt, ist es ein System mit dem du deine Gedanken Schritt für Schritt zur Ruhe bringen kannst. Du erhältst die einzigartige Möglichkeit Gedankenschleifen zu beenden, das alte Bild das du von dir hattest hinter dir zu lassen und so in die einzigartige Präsenz zu kommen.

Ich weiß, für viele hat der Begriff Gedankenkontrolle einen negative Beigeschmack. Das liegt meistens daran, dass Schüler mit intransparenten Methoden und ohne durchdachtes System alleine gelassen werden.

Meine Mission ist es, dir eine tief verborgene Wahrheit zu zeigen, damit du deinen Weg zurück in die Stille findest, der dir all das bringt, was du jetzt vermisst.



8 WOCHEN

PROGRAMM

Weniger Gedanken bedeutet mehr Ruhe und Stille in dir, wodurch du deine Gefühle wieder wahrnehmen kannst. Dein neues Bewusstsein für den Körper lässt auch dein Selbstbewusstsein steigen, und du wirst zu dem zufriedenen Menschen, der du immer sein wolltest.

Lass uns also groß "denken" und klein anfangen.

8 einzigartige Workshops

Woche 1 - Inner Navigation

Woche 2 - Intro: Black Cat

Woche 3 - Widerstände erkennen

Woche 4 - Gedanken auflösen

Woche 5 - Die Bewusstseinszustände

Woche 6 - Die Welt des Nicht-Denkens

Woche 7 - Höhere Ebenen des Bewusstseins

Woche 8 - Das Selbst





DER ALLGEMEINE **AUFBAU**

Während des Coachings treffen wir uns in einer Kleingruppe von maximal 5 Teilnehmern jede Woche online und live via Zoom zu einem 60-minütigen Workshop. Du erhältst dabei den Inhalt, und die Aktionselemente, damit du das Gelernte reflektieren und verinnerlichen kannst.

Je nach Bedarf haben wir auch noch eine zweite Einheit (30 min) pro Woche, in der wir deine Fragen durchgehen und ich dir Hilfe zu den Aktionselemente gebe.

In dieser Zeit gebe ich auch gerne Tipps zu den Themen Yoga, Atmung, Ernährung, Entspannung, Augen Yoga, Philosophie, Mantras uvm.

An den restlichen Tagen solltest du mindestens 30 Minuten einplanen, um das Gelernte umzusetzen.

Als Haupt - Kommunikationsplattform dient uns eine private WhatsApp Gruppe, in der ich dir auch immer wieder Anregungen und Tipps gebe. Für dringende Angelegenheiten bin ich erreichbar!

WAS DU ALLES LERNST

Spannende Vorträge wechseln sich mit Übungen und Rätseln ab. Im Journal hältst du deine Beobachtungen fest, bei den Aktionselementen übst du in deinem Tempo.

Das lernst du auf deiner geführten Reise nach Innen:

- Das Black Cat Modell
- Lass dich spielerisch bis zu deinem Ursprung führen
- Was ist das Innen | das Außen?
- Wie kannst du die Herrschaft über deine Gedanken erlangen?
- Du lernst wie du bewusste Gedanken formst
- Wie du Gedanken über Level 1 bis Level 6 auflöst
- Was die 4 Bewusstseinszustände sind
- Wie du in die Welt des Nicht-Denkens eintauchst
- Wie du dich von Identifikation und Schmerz löst
- Wie du höhere Ebenen des Bewusstseins erreichen

Du wirst kleine und große Erfolge feiern und du wirst erkennen wer du wirklich bist.



GEMEINSAM

WEITER GEHEN

Wenn du nicht die Zeit und Kraft hast, den Weg konsequent alleine zu gehen, lass dich von mir führen. Erfahre alles zu den Werkzeugen und Konzepten und probiere sie aus.

Bist du bereit, das was dich blockiert, hinter dir zu lassen, so dass du Freude an deinen Beziehungen, im Beruf und in deiner Freizeit haben kannst?

Willst du, dass sich dein ganzes Chaos endlich legen kann? Damit die Ruhe in dein Leben kommen kann?

Dann meld dich bei mir und schon kann's los gehen!



SILENT ACADEMY



SILENT ACADEMY

Yoga Peter Grillmair
Kellergrabengasse 25
3400 Klosterneuburg

W www.silent-academy.com
M office@silent-academy.com
T +43 650 33 000 86