

Peaceful Mind ~ Energiereisen mit Gesa Vestri

Worum geht es bei Peaceful Mind?

Peaceful Mind ist der Überbegriff für verschiedene Techniken der Meditation, Transformation & Achtsamkeit. Diese Techniken kannst Du selbst in der Peaceful Mind Schule (www.PeacefulMind.de) erlernen.

Alle Peaceful Mind Techniken dienen Dir dazu, auf einfache und effektive Weise Deine Gedanken vom zunehmenden Kopfradio, inneren To-Do-Listen, gefühlten Ohnmachten oder Handlungszwängen dauerhaft zu befreien.

Was passiert bei einer Peaceful Mind Energiereise?

Bei dieser geführten Gruppenmeditation kannst Du *für Dich im Stillen* ein belastendes Thema nachhaltig auflösen/verwandeln. Erfahre live, wie es sich anfühlt, wenn hinsichtlich des bearbeiteten Themas wieder Raum und Leichtigkeit entsteht.

Wichtig für die Vorbereitung und den Erfolg der Energiereise:

Unbedingt vorher genau überlegen, was aufgelöst werden soll. Also

- a) was einem gerade am meisten Kummer bereitet im Leben
(das können körperliche, geistige oder seelische Sorgen sein, Konflikte mit anderen Personen etc.),
- b) in welcher *konkreten* Situation es am schlimmsten war/ist und
- c) was das mit den eigenen Gefühlen macht (Wut, Angst, Traurigkeit, Verzweiflung, Hilflosigkeit usw.).

Für wen sind Peaceful Mind Reisen sinnvoll, und wieviele?

Da '90% aller Krankheiten und Schmerzen durch emotionale Altlasten entstehen' (Quelle: Dokumentarfilm *e-motion*, 2015), sind diese Reisen für *Jeden* gut und wichtig, um einer solchen Entwicklung vorzubeugen! Ganz egal, ob als preisgünstiger Zusatz nach den klassischen Einzelsitzungen – oder für Neueinsteiger, die Peaceful Mind gerne einmal ausprobieren möchten.

Für Neueinsteiger ist es (wie auch bei den Einzelsitzungen) empfehlenswert, **drei zeitlich möglichst nah beieinander liegende** Energiereisen wahrzunehmen. Grundsätzlich gilt: je mehr Sitzungen oder Energiereisen, desto mehr Leichtigkeit!

Du findest kein Thema? Ich unterstütze Dich gerne dabei – sprich' mich einfach an.

Was kostet die Teilnahme an einer Energiereise?

Kostenbeitrag: 38,- Euro (Eintritt Saline im Sovital i.H.v. 13,00 Euro bereits inbegriffen)

Wo erfahre ich die Termine und wie kann ich mich anmelden?

Alle Termine findest Du unter www.PeacefulMind.de – dort kannst Du Dich auch ganz einfach anmelden. Die Teilnahme ist aufgrund der limitierten Platzanzahl nur unter vorheriger Anmeldung möglich.

Die Anmeldungen werden dem Eingang nach berücksichtigt.

Über Gesa Vestri

Gesa Vestri ist ein echtes Münchner Kindl, 45 Jahre und mit einem Italiener verheiratet. Im Jahr 2011 kam sie zum ersten Mal mit Energiearbeit in Berührung, was ihr Leben bis heute in allen Hinsichten bereicherte und stark zum Positiven veränderte.

Seither kann sie auf die Erfahrung aus über 2.000 Gruppen- und Einzelsitzungen sowie die Assistenz und Leitung auf verschiedenen Kursen bei namhaften Instituten zurückblicken.

In 2016 gründete sie ihre eigene, ISO-zertifizierte Peaceful Mind Schule (www.PeacefulMind.de) und leitet dort zusammen mit einem Team und sehr viel Leidenschaft verschiedene Transformations- und Leichtigkeits-Seminare.



Mein Herzenswunsch für alle:

Ganz egal, ob Dich einfach nur ein paar Dinge bedrücken oder Du schon das Gefühl hast, in Richtung Burnout zu steuern...

Mit **Peaceful Mind** gibst Du Dir selbst und Deinem Leben eine **ganz neue Dynamik!**

Das habe ich auch getan - und bin hier glücklich - als Dein persönlicher **Peaceful Mind Guide** - gelandet.

Ich begleite Dich gerne auf diesem faszinierenden Weg -

Deine Gesa Vestri

Gesa Vestri • Gründerin Peaceful Mind Schule • info@gesavestri.de • +49 (172) 853 22 22 • www.gesavestri.de

☞ 'Peaceful Mind ~ Die Schule' findest Du unter www.PeacefulMind.de ☞

☞ Besuch' uns auf Facebook! www.facebook.com/PeacefulMindDieSchule ☞