

## Ja, auch ich kann mich selber coachen!

### DIE AUSGANGSSITUATION

Wir alle sind getrieben von dem was täglich auf uns einprasselt. Immer seltener entscheiden wir noch bewusst über unser Tun. Anforderungen, Normen, Zwänge und andere Menschen prägen weitgehend unseren Alltag und unsere Lebensqualität.

mental guide® arbeitet immer auf der Ebene von Haltung und Einstellung, nach dem Motto „Haltung prägt Handlung“. Die moderne Methode ist klar verständlich, einfach strukturiert, leicht erlernbar. Sie führt in sieben Schritten wie ein „Roter Faden“ zum erfolgreichen, meditativen Selbstcoaching.

dass Sie zukünftig strukturiert und gezielt Ihre Intelligenz und Kreativität abrufen können: wo und wann immer Sie wollen.

Wie, in welcher Situation und mit welchen Zielen, Sie diese Werkzeuge einsetzen, entscheiden Sie selber. Sie werden feststellen, wie sich Ihre eigene Wahrnehmung Schritt für Schritt erweitert und Sie Ihrem Leben mehr Schwung und eine neue Qualität geben.

### DAS ANGEBOT

Unser Angebot richtet sich an jeden, der sich persönlich weiterentwickeln möchte. Wir vermitteln Methoden und einfache Wege zur Erkennung, Erschließung und Einsatzmöglichkeit der persönlichen Potentiale und Lebensziele. Selbstcoaching nach mental guide® leitet den Einzelnen zur Selbstreflexion, Selbstfindung und Selbstwerdung an. Damit unterstützt mental guide® den Einzelnen in seinem Streben nach Zufriedenheit, Glück, Lebensfreude und persönlichem Erfolg. Alles was Sie tun hat Wirkung im Bereich Ihrer Persönlichkeit, Ihren Beziehungen, Ihrer Leistung und Gesundheit.

### DIE INVESTITION

Ihre Investition für ein Jahr beträgt Euro 75,- also weniger als 21 Cent pro Tag! Die ersten 100 Anmeldungen als mental guide-User erhalten einen 5-stündigen Workshop exklusiv mit Hanspeter Liechti.

### IHR GEWINN

Gestärktes Sich-Selbst-Bewusstsein, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Stärken, Erleben der Stimmigkeit von Denken und Handeln, Achtsamkeit und Gefühl für die Menschen und Dinge in Ihrem unmittelbaren Umfeld.

### UNSER SELBSTVERSTÄNDNIS

mental guide-Anwender arbeiten stets nach dem Leitgedanken: „Das Ergebnis meiner Übungen ist immer zum Wohle aller Beteiligten“.

Unsere Workshops, Übungen und Werkzeuge bezeugen den gelebten Respekt von der Individualität anderer Menschen und sind Basis unseres Denkens und Handelns. Wir erwarten von unseren mental guide-Anwendern, dass sie unsere Methoden und Übungen in diesem Sinne anwenden.

Über das Webportal [www.mental-guide.com](http://www.mental-guide.com) stehen Ihnen die Methode und derzeit mehr als 40 Übungsbeispiele zur Verfügung. So vermitteln wir verblüffend leicht erlernbare Werkzeuge für Ihr ganz persönliches, geistiges Arbeiten - ohne Esoterik und ohne vorgegebenes Weltbild.

Sie erhalten von uns einfache und erprobte Werkzeuge zum geistig-mentalitären Arbeiten. Anhand von praktischen Übungen für Ihren privaten und geschäftlichen Alltag werden Sie lernen und erleben,

Jeder Mensch besitzt jedoch sehr viel mehr persönliches und emotionales Potential als er nutzt. Wer nicht nur seinen Körper, sondern auch seinen Geist richtig trainiert, der kann mühelos seine emotionale Intelligenz abrufen, seine vorhandenen Ressourcen erschliessen und zum Erreichen seiner persönlichen Lebensziele einsetzen.

Selbst bestimmen, den Tag vorbereiten, anstehende Probleme durchdenken, aufmerksam sein - dort wo es zählt. Intelligenz und Energien gezielt einsetzen. Durch vermehrte Einfühlsamkeit und Achtsamkeit den häufig verlorenen Bezug zu Personen und Situationen wieder gewinnen. Denken und Handeln in Einklang bringen, und damit seine Haltung verändern, eine neue mentale Freiheit erleben, nach dem Motto: „Weil ich es so will, deshalb handle ich so und nicht anders!“

### DIE EMANZIPIERTE SELBST-TRAININGS-METHODE MENTAL GUIDE®

ist das Angebot an diejenigen Menschen, die mindestens einmal am Tag nicht „durch die Gassen gehetzt“ werden wollen, einmal am Tag in ihrer Mitte sein – einmal am Tag sich selbst wertschätzen und zur Ruhe kommen wollen.



Hanspeter Liechti

»Sich täglich Selbst zu begegnen ist eine der spannendsten Reisen - durch meine Arbeit möchte ich meine Erfahrungen an andere Menschen weitergeben und Nutzen stiften.«

[www.mental-guide.com](http://www.mental-guide.com)