

ETAMORPHOSE

Fokus



Metamorphose

So optimierst Du Dich im Schlaf



Voice



Background



PLAY



SHARE



FEEDBACK



KONTAKT

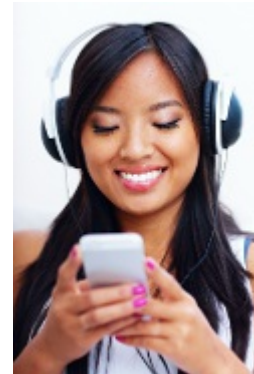
Sebastian Wick

Metamorphose

Metamorphose ist eine App für Dein Smartphone, welche die Inhalte aus dem Buch "Hummeln im Hintern" deutlich tiefer in Deine neurosynaptischen Schaltkreise hineinträgt als es ein Buch je könnte und Dir damit erfolgreiche Gewohnheiten zur zweiten Natur macht.

Du wirst verstärkt anfangen, die Dinge in Deinem Leben zu verfolgen, die Dir lieb und wichtig sind. Auch oder gerade dann, wenn sie Dir manchmal ein wenig Angst einjagen. Diese Angst ist übrigens ein sehr guter Indikator dafür, dass es sich lohnt, Dein Ziel weiter zu verfolgen.

Mut ist nicht die Abwesenheit von Angst, sondern Dein Voranschreiten ungeachtet dieser Angst.



Um den Unterschied zwischen dem Lesen von "Hummeln im Hintern" und der Benutzung der App zu veranschaulichen, stell Dir einfach vor, Du würdest die Inhalte des Buches durch einen Feuerwehrschauch trinken. Das kommt dem Effekt sehr nahe!

Dieser Aspekt macht das Buch jedoch nicht obsolet - ganz im Gegenteil!

Das Buch "Hummeln im Hintern" dient vor allem dem Verständnis bewährter und uralter Erfolgsprinzipien. Die App "Metamorphose" hilft Dir hingegen bei der praktischen Umsetzung dieses neuen Verständnisses in Deinem Leben!

Aber was genau macht die App denn nun so besonders?

Metamorphose

Metamorphose ist ein Kanon von wirklich einzigartigen Audio Sessions, die Dir in völlig unterschiedlichen Situationen weiterhelfen und oftmals die gesamte Arbeit der persönlichen Weiterentwicklung komplett abnehmen.

Das Herzstück ist die Übung "Action", die Du in einer ruhigen und ungestörten Umgebung anhören musst, da sie Dich in einen sehr tiefen Entspannungszustand hineinführt. Also bitte auf gar keinen Fall beim Autofahren einstöpseln und über die Freisprecheinrichtung anhören...

Das ist lebensgefährlich!

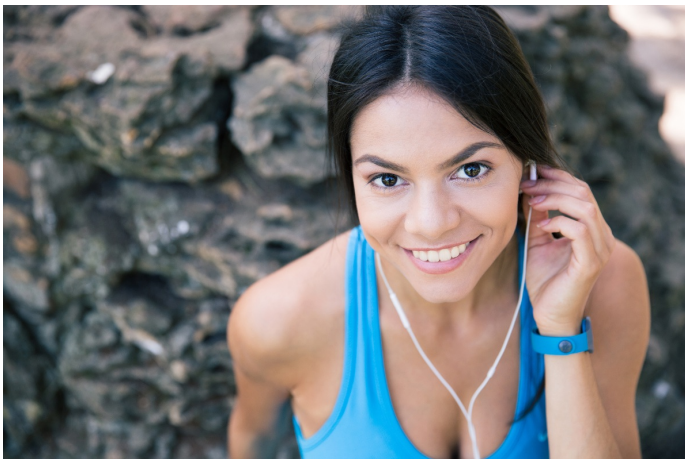
In "Action" wirst Du mit Ideen und Suggestionen konfrontiert, welche die Kernthesen des Buches auf einer sehr viel tieferen Ebene in Dir verankern. Es ist ein bisschen so, als würdest Du Dir Deinen eigenen Motivationstrainer herunterladen und in Deinem Kopf installieren.



Sobald Du diese Session täglich einmal für mindestens 2 Wochen (idealerweise 4-6 Wochen) angehört hast, wirst Du einen Tatendrang und eine Lebendigkeit in Dir verspüren... eine Kraft, die Du bis dahin möglicherweise noch nie zuvor in Dir verspürt hast. Diese Kraft wird auch dann noch anhalten, wenn Du die Session nach dieser Zeit nicht mehr nutzt. Du wirst also keineswegs "abhängig" von der App.

Metamorphose

Die Session "Fokus" kannst Du immer dann einsetzen, wenn Du Dich sehr stark konzentrieren musst. Sie synchronisiert Deine Hirnhemisphären und wandert dabei zyklisch zwischen dem oberen Alpha- und unteren Beta-Bereich auf und ab (für Geeks: zwischen 14 - 16 Hz). Ein solcher Zyklus dauert dabei exakt 4 Minuten. Du bekommst jedoch nicht viel davon mit. Alles passiert ohne Dein Zutun im Hintergrund, während Du den angenehmen Ambient Sounds eines Regenschauers (mit optionalem, weiter entfernten Donnerrollen) lauschst. Und ganz nebenbei schirmt Dich dieses Geräusch natürlich auch von störenden Umgebungsgeräuschen ab, etwa wenn um Dich herum gerade viel gesprochen oder telefoniert wird.



Eine weitere, äußerst wichtige Übung ist die Session "Vision". Dort wirst Du wiederum in einen Entspannungszustand geführt, hier allerdings einen sehr leichten im Vergleich zu "Action". Anschließend durchläufst Du eine komplette Visualisierung Deines perfekten Tages. Dabei wird so viel Motivation und Energie in Dir freigesetzt, dass Du es selbst einmal für zumindest zwei Wochen für Dich getestet haben solltest, um es an Dir selbst zu spüren.

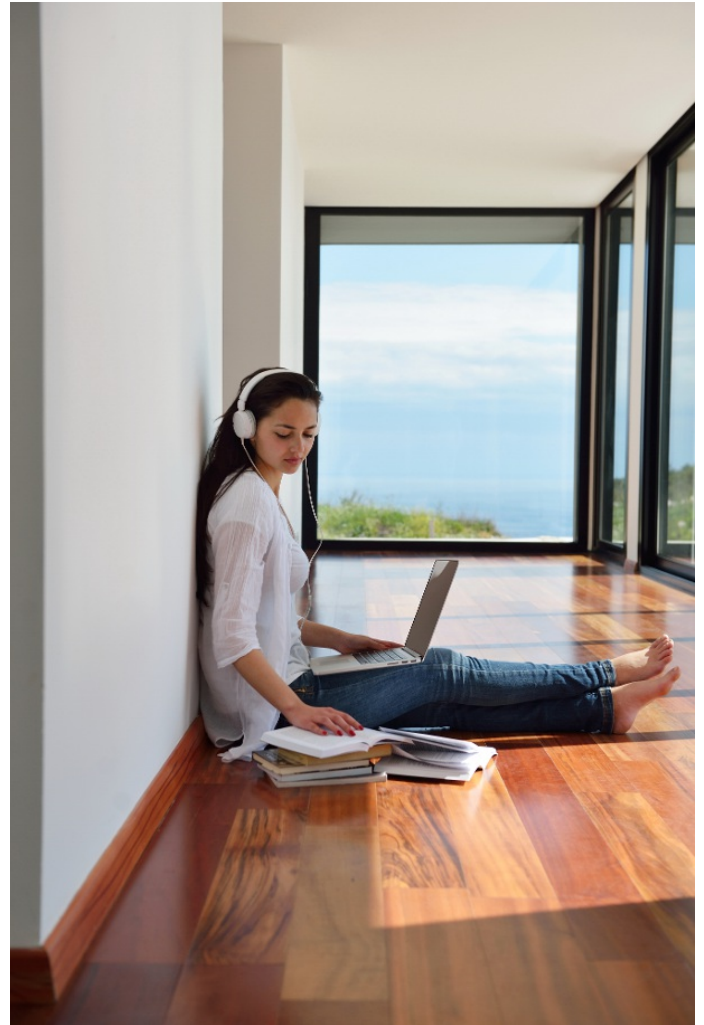
"Vision" solltest Du von nun an täglich hören, sie dauert nur rund 15 Minuten. Egal wie oft sich die Träume in Deinem Leben verändern sollten, "Vision" passt sich dem automatisch an und wird Dir fortan immer ein treuer und wertvoller Begleiter sein.

Alle Sessions sollten mit Kopfhörern angehört werden! Für die Wirkung von "Action" und "Fokus" sind sie sogar ein absolutes Muss. Die Stimmen sowie die Hintergrundmusik lassen sich innerhalb der App für alle Sessions übrigens separat in ihrer Lautstärke regeln, um die Sessions optimal an Deine Hörgewohnheiten anzupassen und den gesamten Vorgang so angenehm wie nur möglich für Dich zu machen.

Metamorphose

Und letztlich findest Du im Leserbereich der Webseite als zusätzlichen Bonus auch eine neue Audio - Übung speziell zur Tiefenentspannung.

Falls Du Schwierigkeiten haben solltest, Dich allein durch die verbalen Suggestionen der Session "Action" richtig zu entspannen, kannst Du Dir als kleinen Turbo booster das Audio MP3 "Tiefenentspannung" herunterladen. Gehe einfach durch diese kurze Bonusübung und starte erst danach mit der Session "Action". So gelangst Du ebenfalls in den Genuss der Vorteile von "Action".



Metamorphose



Gefällt Dir die App?

Ich freue mich über Dein Feedback und Deine Erfahrungen bei der Nutzung von Metamorphose!

Schick mir einfach eine Mail oder poste Dein Feedback auf Facebook!

[Mehr erfahren](#)