

25.02.2015, Pressemitteilung

Mit Heilkrallen und Räucherstäbchen hat das nichts zu tun.

Meditation und Achtsamkeit . Für ein StartUp aus Dresden das Thema der Zukunft.

Stress, ständige Hektik, Depressionen und Ängste bis hin zum Bournout sind die unangenehmen Nebenwirkungen unserer modernen Gesellschaft. Immer mehr Menschen machen sich Gedanken aus dieser Spirale auszubrechen und nutzen dazu die Methoden der Achtsamkeit (Mindfulness) und Meditation.

Die Themen Achtsamkeit und Meditation sind längst in der Mitte der Gesellschaft angekommen, auch wenn es von vielen noch in der esoterischen Ecke mit Heilkrallen und Räucherstäbchen wahrgenommen wird. Doch damit hat Achtsamkeit nichts zu tun, immer mehr Menschen nutzen die Möglichkeiten und Wirkung der modernen Meditation als Ausgleich zum Alltagsstress.

Das Dresdner StartUp HarmonyMinds.de hat diese Entwicklung erkannt und ist letzten Sommer mit einem Online-Magazin zu dem Thema Achtsamkeit und Meditation an den Start gegangen. Und der darauf folgende Zuspruch hat selbst die Gründer überrascht. Bereits nach 8 Monaten ist HarmonyMinds das führende deutsche Online-Magazin zum Thema Achtsamkeit und Meditation. Über 5.500 Besucher pro Monat auf der Website und über 280.000 Klicks auf Youtube sprechen für sich und das Interesse am Thema.

Mit diesem Erfolg im Rücken wollen die beiden Gründer Tobias Loitsch und Adrian Schnug das Angebot weiter ausbauen. Neben einem kostenlosen Kalender für Trainer, Coaches und Kursanbieter, wird es bald auch eigene Videos und Podcasts geben.

„Wir sind überzeugt „Achtsamkeit und Meditation“ hat eine große Zukunft vor sich. Weit über die heutige gesellschaftliche öffentliche Präsenz und Wahrnehmung hinaus. Und vielleicht ist Offline sein, das neue geistige Bio“ sagen die Gründer.

Mittlerweile beschäftigen sich auch Wissenschaftler mit der Wirkung von Achtsamkeit und Meditation. Hier wird die Wirkung bestätigt und für den Alltag empfohlen. Das amerikanische Nachrichtenmagazin Time spricht bereits von „The Mindful Revolution“.

Das StartUp HarmonyMinds.de wurde gegründet im Sommer 2014 am Google Campus in London, mittlerweile ist HarmonyMinds seit 2015 in Dresden und Berlin beheimatet. Informationen und Inhalt unter: www.harmonyminds.de

Presse Kontakt: E-Mail: presse@harmonyminds.de, Ansprechpartner: Tobias Loitsch, Tel.: 0176 64121797