

[Free pdf] Aufgewacht!: Wie Sie das Leben Ihrer Trume finden Mit Lebenstraum-Navigator

## **Aufgewacht!: Wie Sie das Leben Ihrer Trume finden Mit Lebenstraum-Navigator**

*Von Angelika Gulder*

*DOC | \*audiobook | ebooks | Download PDF | ePub*



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #306731 in BcherVerffentlicht am: 2011-08-15Anzahl der Produkte:  
1Einband: Broschiert256 Seiten | File size: 57.Mb

**Von Angelika Gulder : Aufgewacht!: Wie Sie das Leben Ihrer Trume finden Mit Lebenstraum-Navigator**  
before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Aufgewacht!: Wie Sie das Leben Ihrer Trume finden Mit Lebenstraum-Navigator:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen7 von 8 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. "ES"

arbeitet mit einem Von chapola Ein wunderbares Buch!!! "ES" arbeitet mit einem... deswegen sollte man es auch nicht einfach durchlesen, sondern Kapitel für Kapitel durchlesen und wirken lassen... das sich 'bewusst werden' und 'aufwachen' trifft dann ganz von selbst ein! 0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Aufgewacht!: Von Helga Knig Die Diplompsychologin Angelika Gulder hat ein bemerkenswertes Selbstcoaching-Buch vorgelegt. Mittels eines von ihr erarbeiteten Lebenstraum-Navigators erhält man Klarheit über die eigenen Lebensströme. Dies ist eine entscheidende Voraussetzung, um diese leben zu können. Viele Menschen werden bitter, weil sie kein authentisches, selbstbestimmtes, erfülltes Leben führen, sondern stattdessen eines, das fremdbestimmt ist und unglücklich macht. Gulder definiert zunächst den Begriff "Lebensströme". Diese sind für sie langfristig wiederkehrende, intensive, hoch positiv besetzte Wünsche, Bedürfnisse und Gedanken hinsichtlich Dingen, Lebensumständen und Inhalten, (vgl.: S.26). Auf der Ebene der Phantasie sollen sie ein Gespräch für andere bessere Möglichkeiten vermitteln und insofern auf neue Richtungsänderungen in unserem Leben verweisen. Die Autorin konstatiert, dass genau dann, wenn wir unsere Träume leben und unseren wahren Motiven folgen, wenn wir also "echt" sind, unser Reden, Denken und Handeln im Einklang ist, wir unser wahres Selbst leben. Dann nämlich leben wir alle Talente, Fähigkeiten und Möglichkeiten, die tief in uns angelegt sind und bleiben uns selbst treu. Gulder erläutert weiter, dass sich selbst und seine Träume zu erkennen, Stabilität und Sicherheit schenkt und Personen, die ihre Träume aufgeben, nicht zu ihren Zielen verlieren, sondern, was weitaus schlimmer ist, den Sinn des Lebens. Wissen sollte man, dass man ohne Lebensströme nicht existieren kann, gleichgültig, ob wir sie wahrnehmen oder nicht. Die Autorin erläutert in der Folge dem Leser das sogenannte Zwiebelmodell der Persönlichkeit, wonach in der Mitte unserer Persönlichkeit unser wahres Wesen lokalisiert ist. Hier befindet sich das gesamte Potential eines Menschen, welches auf Verwirklichung wartet. Das Buch hilft die Zwiebel Schicht um Schicht zu schälen, damit man zum Schluss des Lebenstraum-Navigators am wahren Kern angekommen ist. Sieben Lebenstraum-Navigatoren erörtert die Psychologin. Dabei handelt es sich um: -Die "guten" Berzeugungen -Der Blick zurück -Unsere Lebensphasen und deren Träume -Die sieben Traumfelder -Unsere Lebensmotive -Was wirklich zählt -Unsere Träume im Überblick. Wenn man sich mit der Gesamtproblematik, die die Autorin hier ausbreitet, ernsthaft auseinandersetzt, hat man eine gute Chance an den Wesenskern zu gelangen und in Erfahrung zu bringen, was uns tatsächlich glücklich macht. Auf den Buchdeckelinnenseiten kann man an einem Test teilnehmen und in Erfahrung bringen, wie erfüllt das eigene Leben ist. Die 98 Punkte als Ergebnis des Tests sagten mir, das ich das Buch eigentlich nicht lesen müsste. Habe es aus Neugierde dann dennoch getan. :-)) Die Autorin schreibt u.a. von den inneren Stimmen -der Intuition und Inspiration-, auch von der Erfahrung der Stille, die Eckart Tolle ja ebenfalls als sehr wertvoll erachtet. Gulder thematisiert unsere Lebenslernaufgaben, diese sollte man stets angehen, damit sie uns bei der Verwirklichung unserer Lebensströme nicht im Wege stehen. Radikale Vergebung ist wichtig, denn nur so können alte Wunden heilen und nur so kann man sich ungestört der Realisierung der Lebensströme widmen. Das kann ich aus eigener Erfahrung bestätigen. Wer sich entschieden hat, seine Lebensströme zu leben, muss auch den Mut aufbringen, Risiken einzugehen. Doch gemessen an dem Glück, ein erfülltes Leben zu leben, ist dieser Einsatz im Grunde gering. Ein Leben ohne Risiko gibt es nicht und es scheitert am Ende nur der, der jenseits seiner Gaben lebt. Diese gilt es zu entdecken und auszuleben. Die Psychologin begleitet Sie auf ihrer Suche nach Ihrem Wesenskern. Dort wartet u.a. Kreativität darauf, als unser wertvollster Schatz gehoben zu werden. Empfehlenswert. 26 von 29 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. auf dem Weg zu mir selbst Von Bethelicht Ich möchte hier keine Darstellung der Inhalte vornehmen, sondern versuchen, das wiederzugeben, was ich bei der Arbeit mit diesem Buch empfunden habe. "Aufgewacht! Wie Sie das Leben Ihrer Träume finden" ist meiner Meinung nach für all diejenigen geeignet, die einen weiteren Schritt näher zu ihrem eigenen Selbst gelangen möchten. Ein Arbeitsbuch, das uns Unterstützung geben kann, wenn wir sie wirklich annehmen können und wollen. Der Aufbau und die Methoden dieses Buches haben mich dazu angeregt, mich einmal mehr mit dem auseinander zu setzen, was mein Innerstes will. Welches Resultat dabei heraus kommt, ist so individuell wie jeder einzelne Leser bzw. jede einzelne Leserin. Ich habe das Buch in den Herbstferien bei fast 30 Grad am Strand bearbeitet und mir die Texte der Fantasiereise von meinem Mann mit den nötigen Pausen vorlesen lassen. Am Ende des Urlaubes hatte ich eine "to-do-Liste", die nur aus mir entstanden ist und mich jetzt in meinem Alltag begleitet, beflügelt und mir Richtung gibt. Für mich ist dieses Buch ein wahres Geschenk, auch wenn ich schon viele Bücher zu ähnlichen Themen gelesen und bearbeitet habe. Danke an Angelika Gulder

Pressestimmen 01.09.2011 / Emotion: Vom Glück, seine Träume zu leben "Wissen Sie, welches Leben Sie wollen und welches zu Ihnen passt? Um das herauszufinden gilt es, verborgene Wünsche und Sehnsüchte aufzusprengen. Bestsellerautorin Angelika Gulder zeigt mit ihrem Lebenstraum-Navigator, wie das gelingt." 29.09.2011 / Die Zeit: Beruflich umsteigen "Die Expertin für Berufung schildert, wie Menschen einen kompletten Neuanfang schaffen" Werbetext Finde das Leben, das dich glücklich macht! Kurzbeschreibung Ein erfüllender Job, eine Weltreise, ein Leben als Aussteiger - wir alle haben Lebensströme, die uns begleiten. Manche tragen wir schon seit langer Zeit mit uns herum, manche schlummern vielleicht noch tief in unserem Inneren. Und eines Morgens wachen wir auf und fragen uns: War das wirklich schon alles? Die Bestsellerautorin und Diplom-Psychologin Angelika Gulder erklärt in

ihrem neuen Selbstcoaching-Buch, welche Rolle Träume für unsere Psyche spielen und woher sie kommen. Mithilfe des von ihr entwickelten einzigartigen Lebenstraum-Navigators können Sie Klarheit über Ihre Lebensträume, Ihre Bestimmung und Ihre wahren Wünsche gewinnen, und erkennen, welche Träume Sie unbedingt ernst nehmen und umsetzen und von welchen Sie sich besser verabschieden sollten. Es ist nie zu spät für ein erfülltes glückliches Leben - finden Sie das Leben Ihrer Träume!"Endlich den Traum leben, der in uns steckt! Angelika Gulder geht mit ihren Lesern auf eine einzigartige Reise."emotionUnter [www.lebenstraum-navigator.com](http://www.lebenstraum-navigator.com) finden Sie ein Video mit einer geführten Visualisierung, das die Übungen aus dem Buch ideal unterstützt.