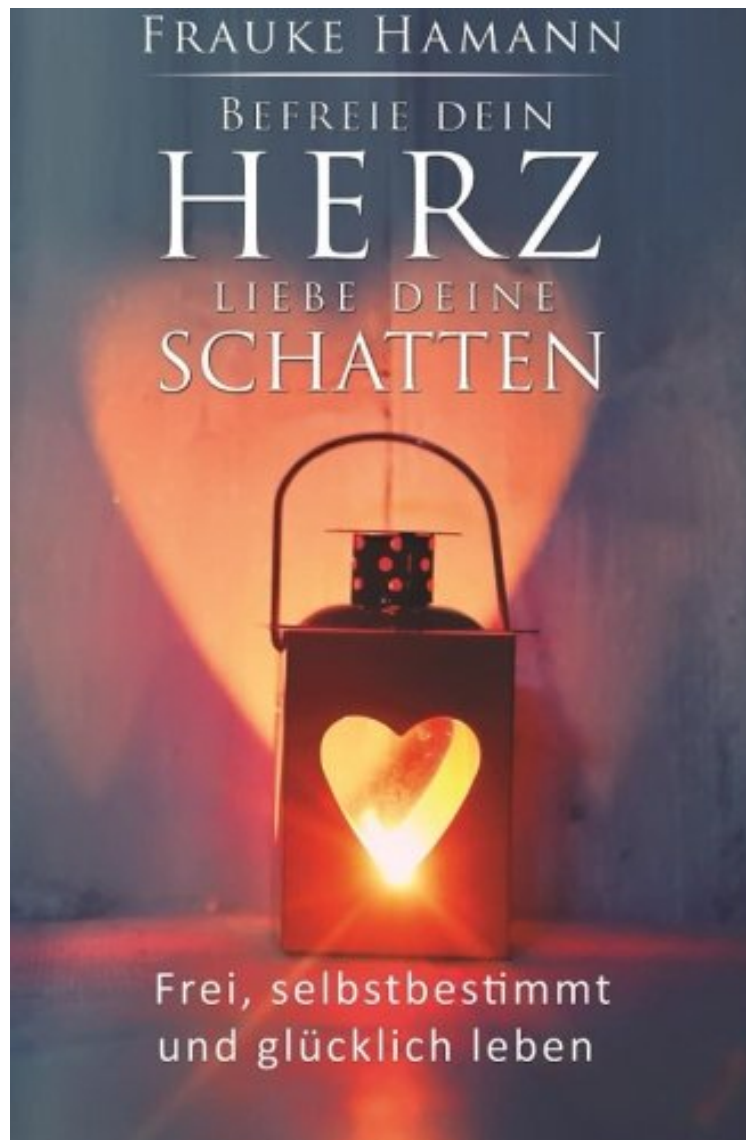


(Download pdf ebook) Befreie dein Herz - liebe deine Schatten: Frei, selbstbestimmt und glücklich leben

Befreie dein Herz - liebe deine Schatten: Frei, selbstbestimmt und glücklich leben

Von Frauke Hamann

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



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation - Verkaufsrang: #439046 in BcherVerffentlicht am: 2014-11-15Abmessungen: 8.00 x .39b x 5.25l, .41 Pfund Einband: Taschenbuch154 Seiten | File size: 75.Mb

Von Frauke Hamann : Befreie dein Herz - liebe deine Schatten: Frei, selbstbestimmt und glücklich leben before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Befreie dein Herz - liebe deine Schatten: Frei, selbstbestimmt und glücklich leben:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Zu sehr

an der Oberfläche... Von Yvonne Wenn man sich schon eine Weile mit gewissen Themen auseinandergesetzt hat, dann bleibt dieses Buch eindeutig zu sehr an der Oberfläche und reißt vieles nur an, bietet wenig Neues. Mir persönlich fehlt eindeutig die Tiefe. Wenn man sich noch nie nach innen gewendet hat, sich noch nicht mit seinen (unangenehmen) Gefühlen beschäftigt hat und noch nichts zum Thema Vergebung gehört hat, dann ist dieses Buch sicher ein guter Einstieg, mehr aber auch nicht. Es scheint mir ein bisschen wie ein Sammelsurium aus diversen anderen Büchern, von allem ein bisschen, aber nichts in der Tiefe. Anfangs freute ich mich über das Mp3-Gratis-Bonusmaterial, für meinen Geschmack ist die ganze Internetpräsenz der Autorin aber sehr werbeorientiert und die Audio-Reisen wirken teilweise unprofessionell. Insgesamt hat das Buch mich irgendwie nicht gepackt.... Das können andere Autoren/Bücher deutlich besser! Aber wie alles: sehr subjektiv und Geschmackssache.... 5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein Muss! Von Superfly Ein unkomplizierter Ratgeber mit wunderbaren Übungen, die nicht viel Zeit in Anspruch nehmen und doch große Wirkung zeigen können. Gute Aufteilung, sehr passende Fallbeispiele. Hat mir sehr gut gefallen. Ist auch ein schnelles Geburtstags- und-oder Weihnachtsgeschenk für Menschen, die vielleicht an einem Wendepunkt stehen oder einfach neue Inspirationen brauchen. 4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Einfach wundervoll! Von Trina Ich möchte der Autorin Frauke Hamann für dieses beglückende Buch danken! Durch zahlreiche Fallbeispiele und praktische Übungen kann man die Kernaussagen leicht nachvollziehen: Besinne dich nach Innen, respektiere deine Gefühle, akzeptiere dich im Ganzen und finde so inneren Frieden und Erfüllung ... Ich empfehle diesen authentisch geschriebenen Ratgeber gerne weiter!

Kurzbeschreibung Lass dein Herzenslicht leuchten und dir dabei von deinen Schatten den Weg zeigen. Jeder Mensch hat bereits in seiner Kindheit bestimmte Rollen übernommen und Teile seines wahren Ichs hinter Masken zu verbergen gelernt. Diese verdrängten Anteile des authentischen Selbst sind Auslöser für Konflikte und Krisen. Sie nähren unseren inneren Kritiker und erschweren uns den Weg, wahrhaftig glücklich und unbeschwert zu leben. Dieses Buch nimmt dich mit auf eine erhellende Entdeckungsreise und zeigt dir auf, wie du von deinen unangenehmen Gefühlen, deinen Ängsten und verdrängten Anteilen lernen und diese für dich nutzen kannst. Alles, was du bisher verdrängt hast, hat großes Potenzial für dich bereit und ist der Schlüssel für dein freies, selbstbestimmtes und glückliches Leben. Befreie dein Herz liebe deine Schatten Hinweis: Als Bonusmaterial hat die Autorin die im Buch beschriebenen inneren Reisen als Audio Dateien zum Download bereitgestellt. Siehe www.fraukehamann.de. über den Autor und weitere Mitwirkende Frauke Hamann, geb. 1968 in Hamburg, ist die einzige von Debbie Ford (Nr. 1 Schattenexpertin USA 2013) zertifizierte Breakthrough Shadow Coach in Deutschland und hat die Schattenarbeit zu ihrem Schwerpunkt gemacht. Nach über 16 Jahren intensiver Beschäftigung mit Persönlichkeitsentwicklung und Ausbildungen in Deutschland, der Schweiz und den USA unterstützt sie die Menschen, zur Selbstliebe und Akzeptanz zu finden, ihr Potenzial freizulegen und ihr großartiges authentisches Selbst von innen nach außen zu tragen Events, Seminare Blog: www.fraukehamann.de / www.lichtundschattenarbeit.de