



Ein Kurs in wahren Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Downloaden und kostenlos lesen Ein Kurs in wahrem Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit Christian Meyer

Format: Kindle eBook

Kurzbeschreibung

Wahres Loslassen heißt, sich nach und nach von allen Verstrickungen, Verhaltensmustern und Anhaftungen zu befreien. So ermöglicht es eine größtmögliche innere Freiheit, die zu leuchtender Lebendigkeit führt. Beides zusammen erlaubt es uns aufzuwachen.

Der bekannte spirituelle Lehrer und Psychotherapeut Christian Meyer zeigt, wie es uns gelingt, wahrhaftig loszulassen. In sieben aufeinander aufbauenden Schritten beschreibt er einen leicht nachvollziehbaren Weg hin zu immer größerer Freiheit und Lebendigkeit. Im Mittelpunkt stehen dabei das tiefe Erleben, Entdecken und Zulassen der eigenen Gefühle wie etwa Freude, Heiterkeit, Schmerz oder auch Angst. Unsere Gefühle dienen als Tor zu uns selbst; ihr vollständiges Erleben führt dazu, dass wir sie loslassen können – und uns auf wirklich tragendem Grund wiederfinden.

Mit vielen Meditationen und Übungen, die beispielsweise Körper-, Bewusstheits- und Empfindungsübungen einschließen, weist uns Christian Meyer den Weg zu innerer Freiheit, Glück und unserem wahren Selbst.

Kurzbeschreibung

Wahres Loslassen heißt, sich nach und nach von allen Verstrickungen, Verhaltensmustern und Anhaftungen zu befreien. So ermöglicht es eine größtmögliche innere Freiheit, die zu leuchtender Lebendigkeit führt. Beides zusammen erlaubt es uns aufzuwachen.

Der bekannte spirituelle Lehrer und Psychotherapeut Christian Meyer zeigt, wie es uns gelingt, wahrhaftig loszulassen. In sieben aufeinander aufbauenden Schritten beschreibt er einen leicht nachvollziehbaren Weg hin zu immer größerer Freiheit und Lebendigkeit. Im Mittelpunkt stehen dabei das tiefe Erleben, Entdecken und Zulassen der eigenen Gefühle wie etwa Freude, Heiterkeit, Schmerz oder auch Angst. Unsere Gefühle dienen als Tor zu uns selbst; ihr vollständiges Erleben führt dazu, dass wir sie loslassen können – und uns auf wirklich tragendem Grund wiederfinden.

Mit vielen Meditationen und Übungen, die beispielsweise Körper-, Bewusstheits- und Empfindungsübungen einschließen, weist uns Christian Meyer den Weg zu innerer Freiheit, Glück und unserem wahren Selbst.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Christian Meyer, geboren 1952, ist ein in der Nähe von Berlin lebender Diplom-Psychologe und spiritueller Lehrer. Seine Arbeit, die Spiritualität und Psychotherapie verbindet, zeichnet sich durch ihre große Systematik, Klarheit und Direktheit aus. Kernpunkt seiner Lehre ist die Arbeit mit Gefühlen, deren vollständiges Erleben eine tiefere Schicht des Bewusstseins erfahrbar machen und letztlich zum Erwachen führen soll. Um möglichst vielen Menschen auf der Suche nach Selbstverwirklichung und innerer Freiheit helfen zu können, gründete Christian Meyer in Berlin das spirituelle Zentrum „zeit-und-raum“.

Download and Read Online Ein Kurs in wahrem Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit Christian Meyer #Y8N0U1THIV3

Lesen Sie Ein Kurs in wahren Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit von Christian Meyer für online ebook Ein Kurs in wahren Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit von Christian Meyer Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Ein Kurs in wahren Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit von Christian Meyer Bücher online zu lesen. Online Ein Kurs in wahren Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit von Christian Meyer ebook PDF herunterladen Ein Kurs in wahren Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit von Christian Meyer Doc Ein Kurs in wahren Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit von Christian Meyer Mobipocket Ein Kurs in wahren Loslassen: Durch das Tor des Fühlens zu innerer Freiheit von Christian Meyer EPub