



Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen



Download



Online Lesen

Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen Susanne Hühn ebook pdf

Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen

Susanne Hühn

Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen Susanne Hühn

Die Meditationen. 60 Min.

Audio CD

Angst ist ein ganz normales Gefühl so wie Freude, Ärger, Trauer, Wut oder Liebe. Wenn sie allerdings überhand nimmt, dann hemmt sie unser Denken, lässt uns irrational handeln oder sogar erstarren. Zahlreiche Bücher geben Tipps, wie wir mit unseren Ängsten umgehen können, beziehen jedoch nicht den Anteil mit ein, der dieses Gefühl erst verursacht: das Innere Kind. Vieles von dem, was uns heute als Erwachsene ängstigt, hat seine Wurzeln in unserer Kindheit. Susanne Hühn zeigt uns, wie wir mit diesem verängstigten kindlichen Anteil in Kontakt treten und ihm Sicherheit zurückgeben können. Mit verschiedenen Übungen und Meditationen können wir unverarbeitete Kindheitserlebnisse heilen, die uns bis heute noch negativ beeinflussen. Die Meditations-CD bietet hierbei eine wertvolle Unterstützung.

 [Download Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditatione ...pdf](#)

 [Online lesen Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditatio ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen Susanne Hühn

8 Seiten

Kurzbeschreibung

Angst ist ein ganz normales Gefühl so wie Freude, Ärger, Trauer, Wut oder Liebe. Wenn sie allerdings überhand nimmt, dann hemmt sie unser Denken, lässt uns irrational handeln oder sogar erstarren. Zahlreiche Bücher geben Tipps, wie wir mit unseren Ängsten umgehen können, beziehen jedoch nicht den Anteil mit ein, der dieses Gefühl erst verursacht: das Innere Kind. Vieles von dem, was uns heute als Erwachsene ängstigt, hat seine Wurzeln in unserer Kindheit. Susanne Hühn zeigt uns, wie wir mit diesem verängstigten kindlichen Anteil in Kontakt treten und ihm Sicherheit zurückgeben können. Mit verschiedenen Übungen und Meditationen können wir unverarbeitete Kindheitserlebnisse heilen, die uns bis heute noch negativ beeinflussen. Die Meditations-CD bietet hierbei eine wertvolle Unterstützung.

Spielzeit: 71 Minuten Über den Autor und weitere Mitwirkende

Susanne Hühn ist ausgebildete Lebensberaterin, ganzheitliche Physiotherapeutin und erfolgreiche Autorin spiritueller Selbsthilfebücher. Seit 1986 begleitet sie Menschen auf deren Weg zur Gesundheit. Ihre Sachbücher und CDs gehören zu den Bestsellern des Schirner Verlags.

Download and Read Online Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen Susanne Hühn

#78WJMOBAQ1K

Lesen Sie Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen von Susanne Hühn für online ebookDas Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen von Susanne Hühn Kostenlose PDF download, 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 Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen von Susanne Hühn Bücher online zu lesen.Online Das Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen von Susanne Hühn ebook PDF herunterladenDas Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen von Susanne Hühn DocDas Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen von Susanne Hühn MobipocketDas Innere Kind - Angst loslassen: Die Meditationen von Susanne Hühn EPub