

[Download pdf ebook] Frei sein, wo immer du bist

Frei sein, wo immer du bist

Von Thich Nhat Hanh

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



 Download

 Read Online

Produktinformation - Verkaufsrang: #216472 in BcherVerffentlicht am: 2014-12-01Format: AudiobookAbmessungen: 5.75 x .20b x 4.45l, Lnge: 73 MinutenEinband: Audio CD1 Seiten | File size: 52.Mb

Von Thich Nhat Hanh : Frei sein, wo immer du bist before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Frei sein, wo immer du bist:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen18 von 18 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Frei sein, wo immer du bist - Thich Nhat HanhVon Susanne MnstermannDieses kleine Bchlein beinhaltet einen Vortrag, den Thich Nhat Hanh in Maryland/USA in einer Strafanstalt vor Gefangenen gehalten hat.Freiheit ist nicht abhngig von einem Ort oder einer Situation - es geht um die innere Haltung eines Menschen, um die Art und Weise des Handelns, Denkens und Fhlens.Mit Hilfe der Achtsamkeit, die in jedem mehr oder weniger stark ausgeprgt schlummert, knnen wir uns von Wut, Hass, Angst, Leid, Neid, Verzweiflung und Trauer selbst befreien, indem wir in uns gehen, sie akzeptieren, mit ihnen arbeiten und sie in positive Gefhle umwandeln. Das sind Freiheit, Mitgefhl und Verstehen fr und mit uns selbst, die wir dann auf andere bertragen knnen.5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Kann ich nur jedem ans Herz legenVon Mad_KDie Weisheiten von Thich Nhat Hanh kann ich nur jedem ans Herz legen. Man muss ja nicht gleich in seinen Orden eintreten, ich halte auch das Brimborium, das da schon wieder drum herum gemacht wird, fr viel zu bertrieben. Aber die Integration seiner Tipps und Philosophien ins tgliche Leben wren allein schon hilfreich, global etwas zu verndern.10 von 10 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Schner EinstiegVon AivlisDieses Buch ist ein schner Einstieg in die Lehre des Thich Nhat Hanh. Die in diesem Buch beschriebenen Techniken fr den Umgang mit kritischen bzw. schwierigen Lebenssituationen sind mit ein

bisshen bing leicht zu lernen und hilfreich in der Anwendung. Einst als Geschenk erhalten, habe ich es schon mehrfach als kleine Beigabe selbst verschenkt.

Kurzbeschreibung Wir können - unabhängig von den jeweiligen äußeren Umständen - an jedem Ort und zu jeder Zeit ein Leben in Freiheit führen. Dies ist die ermutigende Botschaft des Zen-Meisters Thich Nhat Hanh. Ein Leben in Freiheit bedeutet ein Leben in Achtsamkeit. Achtsamkeit für unsere Gefühle und Gedanken, für unser Handeln und für unsere Umgebung ist die zentrale Voraussetzung für eine selbstbestimmte Freiheit. Eine Freiheit, die wiederum Grundlage für unser Glück ist. Über den Autor und weitere Mitwirkende Thich Nhat Hanh gehört zu den bekanntesten spirituellen Lehrern der Gegenwart. Als führender Vertreter eines engagierten Buddhismus genießt er weltweit großes Ansehen. Seit vielen Jahren lebt er in Frankreich im Exil in der von ihm gegründeten Gemeinschaft Plum Village. Er ist Autor zahlreicher Bücher, die in viele Sprachen übersetzt sind.