

[Read free ebook] Wegweiser zum Glck - Die geheimen Programme der Seele entschlsseln

Wegweiser zum Glck - Die geheimen Programme der Seele entschlsseln

Von Heinz-Peter Rhr

ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #186301 in BcherVerffentlicht am: 2011-12-15Abmessungen: 8.90 x .67b x 5.55l, Einband: Taschenbuch168 Seiten | File size: 53.Mb

Von Heinz-Peter Rhr : Wegweiser zum Glck - Die geheimen Programme der Seele entschlsseln before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Wegweiser zum Glck - Die geheimen Programme der Seele entschlsseln:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen8 von 10 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Gut lesbarVon KomplexosIch fand das Buch gut lesbar.Spannend war fr mich besonders das zweite Kapitel mit den sog.

"Gegenprogrammen", also den letztlich kontraproduktiven Maßnahmen, die man ergreift, um negative Programme zu stoppen. Da ging mir sozusagen ein Licht auf. Allerdings ist es schwer vorstellbar, dass man mit Hilfe dieses Buches mal eben neue, funktionierende Programme "installiert", wie der Titel suggeriert. Dazu bedarf es wohl dennoch intensiver therapeutischer Arbeit. Und das fehlt: ein Hinweis, wie man einen Therapeuten findet, der so arbeitet, ggf. auch eine Klinik (abgesehen von der, in der Herr Rhr arbeitet). Aber sicher ein insgesamt hilfreiches wertvolles Buch. 15 von 16 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr hilfreich ... Von Computerfreak Ein uerst wertvolles Buch zum Thema "Selbstwert-Steigerung", das zeigt, wie man die Ursachen aufarbeitet und die alten Negativ-Programme entschlüsseln kann (einer Arbeit, die unbedingt notwendig ist). Als zusätzliches Praxisbuch empfehle ich "Von der Freude, den Selbstwert zu stärken" oder die Hörbücher "Sich eine Chance geben - den Selbstwert stärken" (beide von Friederike Potreck-Rose). 20 von 21 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Von Seelenprogrammen, die von Selbstliebe und Selbstachtung, von Selbstbewusstsein und einer gesunden persönlichen Mitte handeln Von Winfried Stanzick Viele Menschen kennen dieses Gefühl und diesen Seelenzustand. Da könnte alles relativ gut sein, der neue Job lässt sich gut an, die neue Beziehung vermittelt einem das Gefühl von Geborgenheit und Liebe. Oder: es lief eigentlich ganz gut in der letzten Zeit in der Familie. Viele weitere Beispiele lassen sich vom Leser noch finden aus seinem eigenen Leben. Es könnte gut sein, ich könnte doch glücklich sein und zufrieden. Doch dann tauchen die alten Denk- und Verhaltensmuster wieder auf, Seelenkillersterne wie "Ich bin nicht liebenswert!" oder "Das schaffe ich nicht!" und drohen das potentielle Glück, die mögliche Lebenszufriedenheit zu stören, ja manchmal sogar zu zerstören. Heinz-Peter Rhr, seit über dreißig Jahren an einer Klinik für Suchtabhängige arbeitend, hat in der Vergangenheit bei Patmos mit vielen hilfreichen Büchern zum Thema Sucht, Missbrauch und Abhängigkeit eine große Zahl von Menschen angesprochen und ihnen geholfen. Mit dem hier vorliegenden Werk will er Menschen helfen, "die geheimen Programme der Seele (zu) entschlüsseln". Sie seien einer Computersoftware vergleichbar, schreibt er, die man auch ändern könne. Beinhaltet die Programme negative und selbstabwertende Informationen, ist dem einzelnen Menschen der Weg zu seinem Glück, zu einem zufriedenen und durch Liebe und Selbstachtung geprägten Leben verstellt. Heinz-Peter Rhr zeigt mit vielen Übungen und Beispielen, wie man ohne therapeutische Hilfe ganz allein und für sich selbst diese geheimen Programme entschlüsseln und sozusagen auf der Festplatte der Seele löschen kann, um gleichzeitig neue Programme aufzuspielen und einzubrennen. Solche die von Selbstliebe und Selbstachtung, von Selbstbewusstsein und einer gesunden persönlichen Mitte handeln.

Kurzbeschreibung Wir könnten glücklich sein, doch häufig machen uns alte Denkmuster das Leben schwer: Ich bin ein Versager!, Keiner mag mich ... - diese geheimen Programme untergraben das Selbstwertgefühl und vergiften die Seele. Angststörungen, Depressionen oder Schelte sind häufig die Folge. Anhand vieler Fallbeispiele zeigt Heinz-Peter Rhr, was wir tun können, um die geheimen Programme zu beseitigen und das Selbstwertgefühl zu stärken. So wird der Weg frei zu mehr Glück und Zufriedenheit. über den Autor und weitere Mitwirkende Heinz-Peter Rhr war über dreißig Jahre lang an der Fachklinik Fredeburg/Sauerland für Suchtmittelabhängige psychotherapeutisch tätig. Er hat viele sehr erfolgreiche Ratgeber u.a. zu den Themen Borderline, Missbrauch, Narzissmus, Selbstwert und Sucht geschrieben.