



Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln

Hermann Meyer

 **Download**

 **Online Lesen**

Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln

Hermann Meyer

Das Drehbuch des eigenen Leben

 [Download Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen ...pdf](#)

 [Online Lesen Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkenne ...pdf](#)

Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln

Hermann Meyer

Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln Hermann Meyer

Das Drehbuch des eigenen Leben

Downloaden und kostenlos lesen Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln Hermann Meyer

320 Seiten

Kurzbeschreibung

Der Verlauf unseres Lebens folgt einem unbewussten Drehbuch. Elterliche Prägung und die „familiäre Szenerie“ schreiben daran mit. Wir selbst sind die Hauptdarsteller, unser Unbewusstes führt die Regie und bestimmt, ob wir uns als Pechvogel oder Glückspilz sehen, ob wir uns nicht beachtet oder geliebt fühlen, ob unser Leben eine Komödie, eine Tragödie oder ein Lustspiel wird. Bestseller-Autor Hermann Meyer hilft uns, das persönliche Drehbuch bewusst zu machen. Dadurch können wir uns aus dem alten Skript befreien, den Fokus anders stellen und mit mehr Lebensfreude neue Fähigkeiten herausbilden.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Hermann Meyer ist Partnerschafts- und Schicksalsforscher. Nach dem Studium der Psychologie und Naturheilkunde widmete er sich der psychosomatischen Forschung und war lange Vorstandsmitglied von IPSE (Psychosomatisches Forschungszentrum). Heute leitet er in München das Institut für Schicksalscoaching, gibt Einzel- und Gruppenberatungen, bietet Ausbildungen an und hält regelmäßige Wochenendseminare in verschiedenen Städten Deutschlands (München, Stuttgart, Köln etc.) sowie in Österreich und der Schweiz zum Thema Partnerschaft und Persönlichkeitsentfaltung. Leseprobe. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Buch ist eine Reise in die Niederungen der Psyche, in die Unterwelt - in das Unbewusste.

Es geht hier zunächst um das unbewusste Drehbuch, dann aber auch um das bewusste Drehbuch und schließlich um das Umschreiben des Drehbuchs. Zuerst wird aufgezeigt, wie wir in frühester Kindheit geprägt wurden, dann, wie allmählich diese Prägung bewusst wird, und schließlich, wie wir uns aus dieser Prägung befreien können.

Dieses Buch ist ein »Arbeitsbuch«, um den Orakelspruch von Delphi, »Erkenne dich selbst«, zu erfüllen, also ein »Selbsterkennungsbuch« und ein »Schicksalserkennungsbuch«.

Es soll deutlich gemacht werden, warum wir so fühlen, so denken, so handeln und uns so verhalten. Und vor allem auch, warum wir gerade dieses Schicksal haben und kein anderes. Ja, es geht sogar noch einen Schritt weiter: Es soll Sie befähigen, ohne dass Sie mit der Gabe der Hellsichtigkeit ausgestattet sind, zu erkennen, welche Zukunft Sie erwartet, wenn Ihr bisheriges Drehbuch weiter als Grundlage für Ihren Lebensfilm fungiert, und welche Zukunft Sie haben werden, wenn Sie Ihr Drehbuch umschreiben.

Es handelt sich hier um unbewusste Gesetzmäßigkeiten, die ins Bewusstsein gehievt werden müssen, damit sich mehr Klarheit und mehr Orientierungsmöglichkeiten auftun.

Ziel ist es, nicht mehr nur eine Marionette seiner unbewussten Prägung zu sein, sondern die Fähigkeit zu erlangen, sein Schicksal immer mehr selbst zu gestalten.

Die Frage lautet: Will ich (unbewusster) Schauspieler in einem Theaterstück oder Film sein, dessen Drehbuch ich nicht kenne, oder will ich als bewusster Schauspieler in einem Stück auftreten, dessen Drehbuch ich selbst geschrieben habe?

Ja! Es ist möglich, die alten, ausgetrampelten Wege zu verlassen und neue Wege zu gehen, die mit einem besseren und schöneren Leben verbunden sind.

Hermann Meyer

I.

Ausflug in das Land des Unbewussten

Das Unbewusste als Regisseur

Unser Unbewusstes ist der Regisseur unseres eigenen Theaterstücks. Diese Erkenntnis ist noch nicht sehr alt. Als Sigmund Freud damit begann, die seelischen Leiden seiner Klienten zu behandeln, forderte er sie auf, sich auf die berühmt gewordene Couch zu legen und frei über das zu berichten, was sie bedrückte und

bewegte. Was Freud dabei über das Leben seiner Klienten erfuhr, stellte ihn zunächst vor ein Rätsel: Wie konnte es sein, dass sie so oft Dinge taten, die genau die entgegengesetzte Wirkung von dem hatten, was sie angeblich wünschten? Offenkundig waren da Kräfte am Werk, von denen sie selbst überhaupt nichts wussten. Und diese unbewussten Kräfte verfolgten Ziele, die die bewussten Absichten der Menschen konsequent behinderten - und setzten sich in aller Regel durch. Die Idee von den im Verborgenen wirkenden Kräften des Unbewussten war irritierend. Der Weg, die Menschen aus leidvollen Mustern zu befreien, führte über die Frage, was das Unbewusste eigentlich ist und welche Funktionen es erfüllt.

Nach Freuds Theorie ist das Unbewusste der Sammelort verdrängter und vergessener Inhalte, dementsprechend ist es auch ausschließlich persönlicher Natur.

C. G. Jung ging noch einen Schritt weiter und unterschied zwischen persönlichem und kollektivem Unbewussten. Nach ihm ruht das persönliche Unbewusste auf einer tieferen Schicht, die nicht mehr persönlicher Erfahrung und Erwerbung entstammt, sondern angeboren ist. Diese tiefere Schicht nennt er das kollektive Unbewusste, das im Gegensatz zur persönlichen Psyche Inhalte und Verhaltensweisen hat, die überall und in allen Individuen mehr oder weniger gleich sind.

In seinem Buch »Archetypen« schreibt Jung: »Das Unbewusste gilt gemeinlich als eine Art abgekapselter persönlicher Intimität. Hier, glaubt man, wohnen die schlimmen Blutgeister, rascher Zorn und sinnliche Schwäche. So sieht das Unbewusste aus, wenn vom Bewusstsein betrachtet. Wer das Unbewusste entdecken will, muss zuerst eine Mutprobe bestehen, eine Probe, die genügt, um die meisten abzuschrecken, denn die Begegnung mit sich selber gehört zu den unangenehmeren Dingen, denen man entgeht, solange man alles Negative auf die Umgebung projizieren kann. Ist man im Stande, den eigenen Schatten zu sehen und das Wissen um ihn zu ertragen, ist schon ein kleiner Teil der Aufgabe gelöst.«

Alfred Adler, der dritte große Psychoanalytiker, erkannte das grundsätzliche Gesetz der Kompensation. Wer das drückende Gefühl einer (tatsächlichen oder angenommenen) Minderwertigkeit empfindet, strebt unbewusst nach Kompensation durch Streben nach Geltung, Überlegenheit, Macht, Anerkennung, Status und Prestige.

Diese drei Pioniere der Tiefenpsychologie haben Großartiges geleistet und geben uns heute die Möglichkeit, die Funktionen des Unbewussten besser zu verstehen.

Versuchen wir einmal, eine Ordnung in diese Funktionen zu bringen:

Das Unbewusste denkt in Bildern und Symbolen

Unsere nächtlichen Träume zeigen uns, dass das Unbewusste sich primär über Bilder und Symbole ausdrückt. Es denkt nicht abstrakt, sondern assoziativ und stellt eine Beziehung zwischen der Innenwelt und der Außenwelt her, indem es all das, was in uns wohnt, außen symbolisch abbildet (Gesetz der Affinität).

Wir können an der äußeren Symbolwelt, in der wir leben, ablesen, wie es in uns aussieht.

Download and Read Online Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln
Hermann Meyer #QM8EX5PDHS2

Lesen Sie Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln von Hermann Meyer für online ebookDas Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln von Hermann 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 Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln von Hermann Meyer Bücher online zu lesen.Online Das Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln von Hermann Meyer ebook PDF herunterladenDas Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln von Hermann Meyer DocDas Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln von Hermann Meyer MobipocketDas Drehbuch des eigenen Lebens: Lebensmuster erkennen und wandeln von Hermann Meyer EPub