

STEFAN HIENE

Aufwachmedizin

- ❖ **Leben ohne „Wenn“ und „Aber“**
- ❖ **Radikale Kehrtwende auf der Autobahn der Gewohnheiten**
- ❖ **Ein Herzöffner ohne Zuckerguss**



Stefan Hiene
Aufwachmedizin
 Dein radikaler Weg zur Selbstannahme

320 Seiten, 19,95€
 Erscheinungstermin: März 2018
 ISBN: 978-3-95883-303-6

UND WOFÜR BRENNST DU?

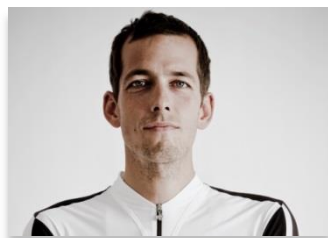
Wer oder was ist schuld daran, dass ich mein Leben nicht so lebe, wie ich möchte? Die anderen? Die Umstände? Die ehrliche Antwort? Nichts und niemand! Ohne ein Blatt vor den Mund zu nehmen, deckt Stefan Hiene in diesem Buch auf, wie unsere unbewussten Annahmen über das Leben uns davon abhalten unser volles und wahres Potential zu leben.

Wer sich selbst und dem Leben wieder zu vertrauen lernt, springt. Springt in die vielfältigen Möglichkeiten, sich selbst wahrhaftig zu erfahren. Und das hat oft nichts mit den Konzepten zu tun, die sich seit Kindheitstagen als „richtig“ oder „falsch“ in uns eingeprägt haben. Nur, wer das Fallen in Kauf nimmt, kann neu und gestärkt wieder aufstehen. Ob es ein beruflicher Misserfolg oder eine unglückliche Beziehung ist, die uns gerade herausfordert, ist völlig nebensächlich. Wichtig ist, welche Haltung wir dazu einnehmen, um in jedem Moment wieder neu anzufangen.

Wer sich aus der Bewertungsmangel befreit und wieder zu fühlen beginnt, was im jeweiligen Moment gerade stimmig ist und was nicht, hört auf, sich selbst ständig zu vergleichen und anzupassen. Das eigentliche Leben fängt an, sobald wir das Korsett aus Erwartungen an uns selbst und andere durchbrechen und die Verantwortung für das eigene Glücklichein nicht länger an ein „Außen“ abgeben. Der selbsternannte „Erfahrungsjunkie“, Coach und Mentor Stefan Hiene lebt vor, was er schreibt. Wer sich von seinen Worten berühren lässt, ist bereits auf dem Weg, sich sein Leben zurückzuholen! Es ist möglich. Jetzt.

ÜBER DEN AUTOR

STEFAN HIENE



Stefan Hiene, Jahrgang 1975, lebt und lehrt radikale Selbstannahme. Er schaut schneller hinter Masken als vielen lieb ist. Und weil er herkömmlichen Programmierungen einfach vehement widerspricht, verhilft er auch anderen dazu, ihr wahres Potential zu leben.

www.stefanhiene.de

© Thorsten Jochim