



## **Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit

*Dr. Ernestina Sabrina Mazza*

**Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit** Dr. Ernestina Sabrina Mazza

 [Download Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit ...pdf](#)

 [Online lesen Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit ...pdf](#)

## Downloaden und kostenlos lesen Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit Dr. Ernestina Sabrina Mazza

---

520 Seiten

Pressestimmen

\* Die Fesseln emotionaler Abhängigkeit sprengen \* Das Herz ist die Quelle innerster Kraft, Lebensfreude und Vitalität. Wir dürfen niemals vergessen, dass all unsere Erfahrungen notwendig sind und einen Sinn besitzen, denn die von uns sehr oft als negativ empfundenen Gefühle beinhalten in Wahrheit heilende Wirkung. Wenn einen die emotionale Abhängigkeit in ihren Fängen hält und blockierend wirkt, trifft man Entscheidungen oder führt Handlungen aus, die nicht dem gesunden, spontanen Ich entsprechen. Man lässt der emotionalen Abhängigkeit somit freien Lauf; wenn man nichts dagegen unternimmt, trocknet der lebendige Strom der Liebe aus. Die Schritte, die für die Öffnung des Wesenskerns unerlässlich sind, geht die Autorin mit dem Leser im Verlauf des Buches gemeinsam. Die Erfahrung der ganzheitlicher Liebe nimmt im Loslassen und in der Aussöhnung ihren Anfang. Wir sind dann wirklich frei, wenn wir den Mut dazu aufbringen, auf das zu achten, wonach sich unsere Seele sehnt. Wenn wir das beherzigen, erkennen wir die eigene, innere Schönheit und Einzigartigkeit und begreifen, dass unsere Lebenszeit ein heiliges Geschenk ist. Wir nehmen dann jeden einzelnen Tag als lebenswert an und wissen, dass wir etwas Besonderes aus ihm machen können. Dazu regt dieses Buch an und kann ein guter Wegbegleiter dahin werden. (akademiebios.at)

Kurzbeschreibung

Warum fühlen wir uns nicht geliebt und oft in Beziehungen verletzt? Je mehr wir uns der Liebe hingeben, desto verletzlicher sind wir. Mit Klarheit erklärt dieses Buch, wie unverarbeitete Kindheitsverletzungen hingebungsvolle, erwachsene Beziehungen hindern. Wir können aber der Spirale der verletzten Liebe ein Ende bereiten. Die viele Lebensgeschichten und Anregungen dieses Buches lassen die eigenen Verletzungen und die daraus resultierenden Glaubens- und Verhaltensmuster erkennen und nachhaltig auflösen. Die Zeit der Vorwürfe und des Beleidigtseins hört auf, wir begegnen uns selbst und den anderen mit Dankbarkeit und Toleranz. Der breitgefächerte Praxisteil lässt uns konkrete Schritte zur Liebesfähigkeit gehen und die gewonnenen Erkenntnisse unmittelbar umsetzen. Dieses Buch ist eine Einladung, mutig zu entscheiden, einfach im Hier und Jetzt die Liebe mit offenem Herzen zu leben. Wir sind Schöpfer unseres Beziehungsglücks! Wie wir dies erkennen und umsetzen, verrät uns dieses Buch. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. Ernestina Sabrina Mazza wurde 1976 in Italien geboren. Bereits in ihrer frühen Kindheit kam sie mit den Themen der Spiritualität und der Selbstfindung in Berührung und zeichnete sich schon in sehr jungen Jahren durch eine ausgeprägte mediale Fähigkeit und eine tiefe Empathie aus. Dadurch war es ihr möglich, die Empfindungen der Menschen in ihrem Umfeld wahrzunehmen sowie deren Gefühlswelt und die Grundstruktur ihrer Persönlichkeit intuitiv zu erfassen. Im Alter von sieben Jahren begann sie, sich mit dem Bereich der fernöstlichen Körper- und Geistesdisziplinen auseinanderzusetzen. Seit November 1987 kam es zu einer intensiven Auseinandersetzung mit der Theorie und Praxis asiatischer Körperarbeit sowie einiger Kampfkünste und ihren Stilrichtungen, darunter Seitai, Shotokan Karate, Kung-Fu, Tai Chi und Aikido. Auf diese Weise beschäftigt sie sich intensiv mit asiatischer Philosophie im Allgemeinen und dem Taoismus im Speziellen, weshalb sie in ihrer Arbeit gegenwärtig Elemente der fernöstlichen und taoistischen Tradition mit energetischen, therapeutischen und wissenschaftlichen Ansätzen, die aus der westlichen Kultur stammen, verknüpft. Durch das Studium der Literatur, der Sprachwissenschaft und der Psychologie hat sie praxisnahe und wirksame Methoden entwickelt, um dem Bedürfnis nach emotionaler Reife und Sicherheit der Menschen, die heute spirituellen und kulturellen Sein bereits in den letzten Jahren entwurzelt worden sind, nachzugehen. AUSBILDUNGEN Hochschulen: \* 1995-1997 Ausbildung als Erzieherin und Volksschullehrerin an der Lehrerbildungsanstalt D uca D Aosta Padova; Bakkalaureatsstudium Handelswissenschaften, Recht und Marketing an der Universität Ca'Foscari in Venedig; \* 1998-2002 Diplomstudium der Literatur- und Sprachwissenschaft an der Università degli Studi di Padova und an der Karl-Franzens-Universität Graz; Lehramtstudium für Italienisch, Latein und Geschichte an der Università

degli Studi di Padova; \* 1998-2000 Diplomstudium Italienisch als Fremdsprache an der Università degli Studi di Siena; \* 2001-2004 Studium der Pädagogik und Translationswissenschaft (Französisch, Deutsch) an der Karl-Franzens-Universität Graz; \* 2002-2004 Aufbaustudium Lehramt für Deutsch an der Pädagogischen Akademie in Graz; \* Ab 2007 Studium der Psychologie an der Karl-Franzens-Universität Graz und davor an der Università degli Studi di Padova (2002-2005); \* seit Herbst 2011 Studium der Europäischen Ethnologie an der Karl-Franzens-Universität Graz; ZUSATZAUSBILDUNGEN \* 1996-1998 Verschiedene Seminare über holistische Therapieformen am Istituto RIZA in Padua; \* 2001 Weiterbildung auf dem Gebiet der asiatischen Körperarbeitsform Seitai und der Kampftechnik Aikido sowie der Kunstform des No-Theaters an der Atemschule in Mailand (Scuola della Respirazione); \* 2002 Ausbildung zur VHS-Übungsleiterin an der Volkshochschule Steiermark; \* 2004-2007 Ausbildung zur Dipl. Shiatsu-Praktikerin an der Internationalen Shiatsu Schule Österreich (ISSÖ) in Graz; Die AUSFÜHRLICHE BIOGRAPHIE von Dr. Ernestina Sabrina Mazza sowie weitere Infos und eine Beschreibung ihrer selbstentwickelten, registrierten Behandlungsmethoden finden Sie online unter: [akademiebios.at/cms/2737/](http://akademiebios.at/cms/2737/) BÜCHER und MEDIEN von Dr. Ernestina Sabrina Mazza: \* Energetic Tao Healing nach Dr. Mazza - Neue Wege der Energiearbeit; \* Im Fluss mit dem Leben sein - Das Tao der Intuition; \* Psychologische Numerologie nach Dr. Mazza - Zahlen als Spiegel unserer Persönlichkeit und Lebensaufgabe; \* Meditations-CD Reihe: Seelenreisen aus der Mitte des Herzens - CD 1 bis 5; \* CD: Dea Nova; \* CD: Meditazioni per il benessere psicofisico; Download and Read Online Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit Dr. Ernestina Sabrina Mazza #KTBDESMW1U3

Lesen Sie Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit von Dr. Ernestina Sabrina Mazza für online ebookDer Weg zur emotionalen Selbständigkeit von Dr. Ernestina Sabrina Mazza 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 Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit von Dr. Ernestina Sabrina Mazza Bücher online zu lesen. Online Der Weg zur emotionalen Selbständigkeit von Dr. Ernestina Sabrina Mazza ebook PDF herunterladenDer Weg zur emotionalen Selbständigkeit von Dr. Ernestina Sabrina Mazza DocDer Weg zur emotionalen Selbständigkeit von Dr. Ernestina Sabrina Mazza MobipocketDer Weg zur emotionalen Selbständigkeit von Dr. Ernestina Sabrina Mazza EPub