

Köln, 17.12.2020

Ziele erreichen mit dem richtigen Mindset

Träumen kann jeder? Ja, sagt Markus Schmerbeck, aber nur wer richtig träumt, kann seine Ziele auch erreichen. In seinem Buch „Bitte Träumen, aber richtig!“ gibt der Autor und Coach eine Anleitung zum richtigen Träumen.

Köln, im Dezember 2020. „Beruflicher und privater Erfolg ist gerade auch in schwierigen Zeiten eine Frage des richtigen Träumens. Dass man richtig träumt, erkennt man daran, dass wahre Träume in Erfüllung gehen“, sagt Markus Schmerbeck, Coach und Autor aus Rösrath bei Köln. In 50 Tipps erläutert er die Methode „Bitte träumen – aber richtig“. Damit Träume wahr werden, sei es wichtig, sich die gewünschte Realität so vorzustellen und zu fühlen, als sei sie bereits eingetreten. Nur aus diesem Gefühl heraus könne man inspiriert handeln und die richtigen Schritte zur Traumerfüllung einleiten. Ein zentrales Motiv des Buchs ist der sogenannte „Traumregler“. Mit diesem Bild verdeutlicht Schmerbeck, dass man seine inneren Einstellungen selbst justieren und somit selbst dafür sorgen kann, sich stetig ein bisschen besser zu fühlen. So wird das eigene Gefühl zum Kompass auf dem Weg zur Traumerfüllung und ein Garant dafür, dass nicht nur die Traumerfüllung, sondern bereits der Weg dorthin Spaß macht. Dahinter steht das „Gesetz der Anziehung“, auch Resonanzgesetz genannt – die Annahme, dass Gleiches Gleiches anzieht. Gemäß dieser Vorstellung bedingt die Gefühls- und Gedankenwelt einer Person deren äußere Lebensumstände.

Ein besseres Verständnis bringt bessere Ergebnisse

Ob Gewichtsabnahme, beruflicher Neuanfang oder erfüllende Beziehungen: Markus Schmerbeck weiß, wovon er spricht. „Ich habe jahrelang selbst falsch geträumt. Erst als ich das ‚Gesetz der Anziehung‘ besser verstanden und intensiv nach dieser Idee gelebt habe, wurden meine Träume nach und nach wahr: Ich habe mehr als 10 Kilo Körpergewicht verloren, führe heute harmonischere Beziehungen als früher und lebe

meinen beruflichen Traum als Autor, Musiker und Dream-Coach.“ Seine eigenen Erfahrungen lässt Schmerbeck auf oft humorvolle Weise in sein Praxis-Handbuch einfließen. So heißt es beispielsweise in der Einleitung: „Ich war bereits Millionär und auch schon mal pleite, leider auch in dieser Reihenfolge.“

Bierdeckel-Coaching

Schmerbeck sieht in Krisen auch eine Chance: „Gerade jetzt, in diesen Zeiten der Unsicherheit und des Rückzugs, können wir uns täglich ein paar Minuten nehmen, um uns zu fragen: Was will ich wirklich? Welche Wege könnten sich für mich noch öffnen?“ Damit der Leser die vorgestellten Tipps direkt auf sein Leben anwenden kann, findet sich am Ende des Buchs ein „Bierdeckel-Coaching“, das dem Leser hilft, eigene wahre Träume zu finden und mit Mut und Freude in die Tat umzusetzen.

„Bitte träumen, aber richtig“ umfasst 352 Seiten und ist seit dem 13. November 2020 unter der ISBN-Nummer 978-3-9822415-5-5 für 24,00 Euro im Buchhandel oder online erhältlich. Die dazu gehörige Single „Bitte träumen“ ist ebenfalls online erhältlich.

-) *Abdruck honorarfrei*
-) *um Belegexemplar wird gebeten*

Über Markus Schmerbeck

Markus Schmerbeck, Jahrgang 1968, ist Coach, Buchautor und Musiker. Er hat zwei Kinder und lebt in Köln und Umgebung. Im Alter von 51 Jahren beschließt er den Neuanfang und lebt heute seinen Traum. Weitere Infos unter www.markusschmerbeck.de.

Pressekontakt:

Julia Kaumeier Public Relations · Cowoki · Dorothee-Sölle-Platz 2, 50937 Köln · Tel: 0221/25 92 44 12 ·

E-Mail: post@julia-kaumeier.de · www.julia-kaumeier.de