



• **Lebensträume**

Eine Trance-Reise auf CD von Ralf Hungerland

Um die eigenen Träume leben zu können, muss man sie kennen. Ralf Hungerland lädt mit seiner CD *Lebensträume* dazu ein, mit Hilfe einer geführten Trance Träume und Visionen wieder zu entdecken, die im Alltag oft verloren gehen. Die Reise führt in eine innere

Landschaft, in der es nichts zu tun gibt als eine sommerliche Brise auf dem Gesicht zu spüren und den Wolken nachzublicken. In dieser Entspannung kann das wieder den Weg ins Bewusstsein finden, was lange verschüttet war. Der in Hamburg lebende NLP-Lehrcoach und -trainer, Reiki-Lehrer und Hypnose-Therapeut bringt in die geführte Traumreise seine langjährige Erfahrung in Einzel- und Gruppenarbeit ein und spricht den Text mit angenehmer, unaufdringlicher Stimme selbst. Zur Entspannung, aus der etwas Neues entstehen kann, trägt auch die Musik von Jakob Mücher bei. Vorerfahrung mit Traumreisen braucht es nicht, nur eine gute halbe Stunde störungsfreie Zeit. Wer die Entspannung länger genießen und vertiefen möchte, kann im zweiten Teil der CD die gleiche Musik noch einmal ohne Worte hören. *M.K.*

*RALF HUNGERLAND: **Lebensträume** • *Lebenstraum!* Verlag 2008, CD, gesprochen von Ralf Hungerland, Musik von Jakob Mücher, ca. 75 Minuten*

Quelle: Körper, Geist & Seele, Magazin Hamburg Mai 2008