

Warum bist du, wer du bist?

Ein Buch über die Macht der Gedanken
und was sie mit dir machen.



Direkt bei Amazon.de
bestellen

LESEPROBE



Maria Calla

Willkommen.

Ich freue mich, dass du diese Leseprobe in den Händen hältst.

Es handelt sich hierbei nicht um ein klassisches Kinderbuch. Und es ist auch kein Buch, das Kindern einfach nur sagt, dass all ihre Gefühle okay sind. Es geht einen Schritt tiefer.

Es erklärt, woher all unsere Gedanken und Gefühle kommen. Es erklärt, wie unser Gehirn und Körper funktioniert. Und dass all diese Prägungen, vor allem in den ersten sieben Lebensjahren unser Verhalten, unsere Reaktionen, unsere Entscheidungen, die wir später treffen, bestimmen.

All die Dinge wurden in uns abgespeichert und sind wie eine Art Fernbedienung für unser gesamtes Leben. Dies wird in diesem Buch in kindgerechter Sprache erklärt, mit einer einfachen Metapher: dem Geheimbuch, unserem Unterbewusstsein.

Vielleicht verstehen beim Lesen nicht nur die Kinder, sondern auch die Großen, die ihnen vorlesen.

Liebe Grüße Margarete



Weitere Informationen
zum Buch auf unserer Webseite

Autorenprofil

Dr. Margarete Koch (Pseudonym: Maria Calla)

Margarete Koch war viele Jahre wissenschaftlich tätig. Dieses analytische Fundament ermöglicht ihr den Zugang zu scheinbar komplexen Themen wie Epigenetik, Quantenphysik und Neuroplastizität. Seit fast einem Jahrzehnt beschäftigt sie sich intensiv mit diesen Feldern – ebenso wie mit Aspekten der Persönlichkeitsentwicklung und der Frage, wie tiefes inneres Wachstum möglich wird.

Sie ist Unternehmerin und Mutter zweier Kinder.

Ihr Ziel ist es, komplexe Themen in kindgerechte Sprache und Metaphern zu übersetzen, damit dieses Wissen bereits in jungen Jahren erfahrbar wird.



Warum bist du, wer du bist?

Ein Buch über die Macht der Gedanken
und was sie mit dir machen.



Hast du dich schon mal gefragt,
warum alle Menschen
anders sind?





Dieses Buch nimmt dich mit und zeigt dir, wie es kommt, dass du bist, wer du bist. Hast du schon mal überlegt, warum du manche Dinge magst und manche nicht? Warum du manchmal zornig wirst und manchmal mutig bist? Warum du die Sachen denkst, die du denkst, und die Dinge tust, die du tust?



Drei Kinder stehen in einem Halbkreis, als ein kleiner Hund auf sie zu rennt. Keines der Kinder kennt den Hund.

Das erste Kind strahlt vor Freude und läuft dem Hund entgegen, um ihn zu streicheln.

Das zweite Kind bleibt stehen und beachtet den Hund gar nicht.

Das dritte Kind wird blass, zittert vor Angst und versteckt sich hinter den anderen beiden Kindern.

Es ist derselbe Hund. Warum freut sich das eine Kind, während das andere Angst hat und das dritte gar nichts mit dem Hund zu tun haben möchte?

Wie kann das sein?



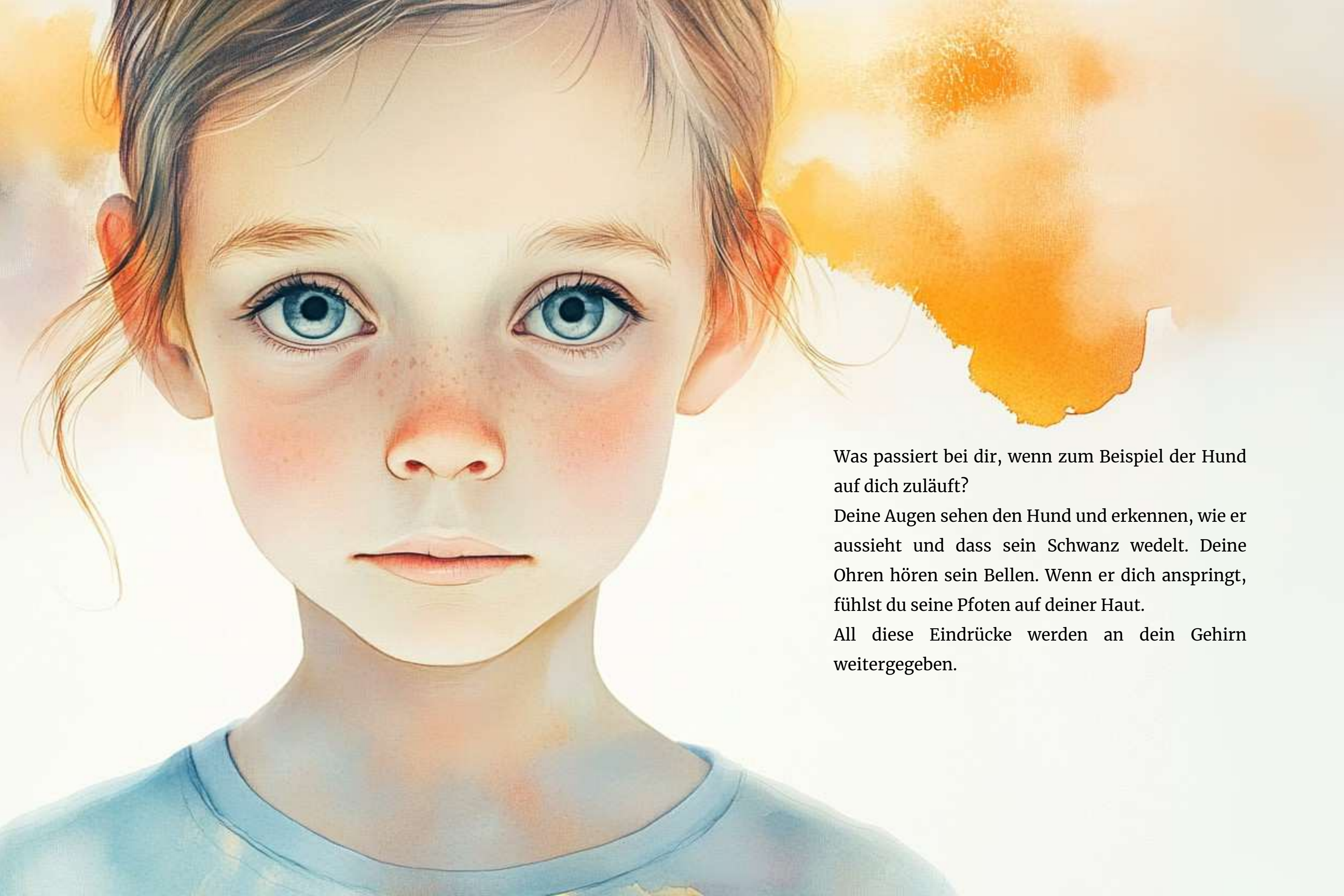
Komm mit auf eine Reise, um dich und andere
besser zu verstehen. Und wenn du das verstehst,

steht dir die Welt offen.



Weißt du, wo in deinem Körper entschieden wird,
wie du reagierst?





Was passiert bei dir, wenn zum Beispiel der Hund auf dich zuläuft?

Deine Augen sehen den Hund und erkennen, wie er aussieht und dass sein Schwanz wedelt. Deine Ohren hören sein Bellen. Wenn er dich anspringt, fühlst du seine Pfoten auf deiner Haut.

All diese Eindrücke werden an dein Gehirn weitergegeben.



Dein Gehirn nimmt diese Informationen auf und entscheidet, was als Nächstes passiert. Vielleicht rennst du auf den Hund zu – oder du versteckst dich lieber.

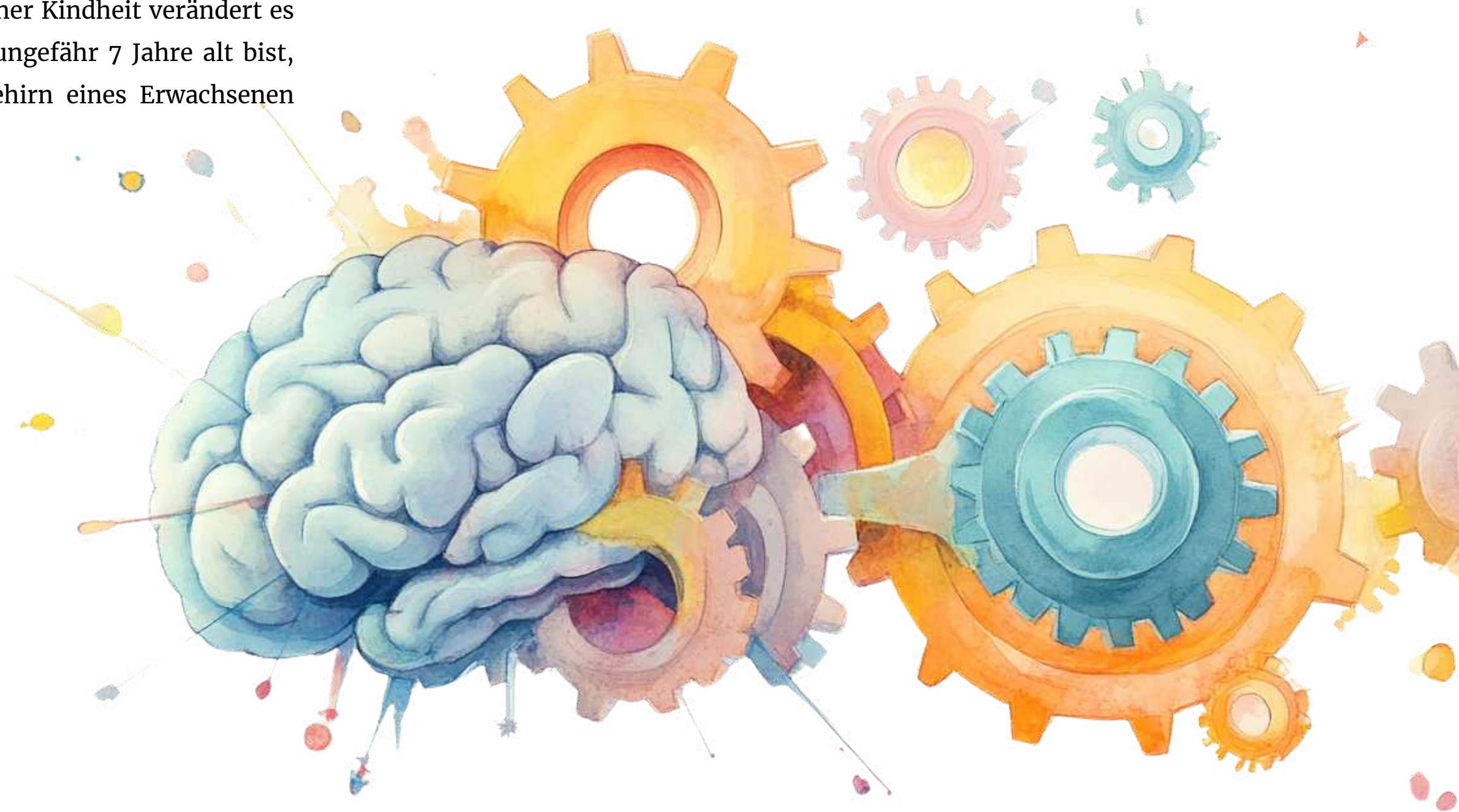
Dabei entsteht auch ein Gefühl. Das kann Freude sein, Angst oder vielleicht auch Langeweile.

So sorgt dein Gehirn dafür, dass du immer auf das reagieren kannst, was gerade um dich herum passiert.

Hast du schon einmal etwas über
das Gehirn gehört?



Dein Gehirn sitzt in deinem Kopf und ist ein echtes Wunderwerk. Im Laufe deiner Kindheit verändert es sich sehr stark. Wenn du ungefähr 7 Jahre alt bist, kann man es mit dem Gehirn eines Erwachsenen vergleichen.



Dein Gehirn kannst du dir wie eine

Fernbedienung

für deinen Körper und dein ganzes Leben vorstellen.
Es ist unglaublich mächtig und unterscheidet uns
Menschen von anderen Lebewesen.



Danke, dass du bis hier gelesen hast.

Wenn dich das Buch interessiert oder du es verschenken möchtest, kommst du hier direkt auf Amazon.de zum Buch



Das sagen Leserinnen und Leser

★★★★★ Einzigartig!

Bewertet in Deutschland am 15. Juni 2025

Verifizierter Kauf

Meine Tochter hat das Buch zu Ihrem 8. Geburtstag bekommen. Wir haben es an einem Stück gelesen und auch unser 12jähriger Sohn hat aufmerksam zugehört. Das Buch ist superschön illustriert und die Texte erklären kindgerecht die Welt der Gefühle, so dass es eine tolle Gelegenheit bietet mit den Kindern dazu ins Gespräch zu kommen. Habe selbst einiges mitgenommen! Absolute Empfehlung!

★★★★★ Tolle Grundlage für bewusste und stärkende Gespräche mit Kindern

Bewertet in Deutschland am 12. Juni 2025

Ein liebevolles und heilsames Buch, das zeigt, wie sehr unsere Gedanken unser Leben prägen – und nicht die Umstände um uns herum.

Ich finde, es erklärt auf einfache und schöne Weise, wie Kinder (und wir Erwachsenen) erkennen können, wie viel Kraft in ihnen steckt.

Für mich eine tolle Grundlage, um mit meinem Sohn über Themen zu sprechen, die sonst im Alltag zu kurz kommen – wie zum Beispiel, wo er denn limitierend über sich denkt.

Danke für dieses warme und stärkende Buch. Ich bin gespannt auf mehr.

★★★★★ Ein Buch, das Herzen berührt

Bewertet in Deutschland am 11. Mai 2025

Dieses Buch war ein Volltreffer für meinen 8-jährigen Sohn! Wir haben es auf Anhieb komplett gelesen – so schön und leicht verständlich ist die Geschichte. Die bunten, lebensnahen Bilder machen das Lesen zu einem richtigen Erlebnis. Wenn mein Sohn in seinen Gedanken versinkt, holen wir es wieder hervor. Ein Buch, das Wärme schenkt – absolut empfehlenswert!

★★★★★ Dieses Buch ist ein Muss für jedes Kind

Bewertet in Deutschland am 14. Juni 2025

Ich habe dieses Buch geschenkt bekommen und bin absolut begeistert davon. Es hat mich sofort in seinen Bann gezogen – sowohl inhaltlich als auch sprachlich ist es ein echtes Juwel. Besonders beeindruckend finde ich, wie einfühlsam und gleichzeitig alltagsnah die Themen behandelt werden. Meine beiden Kinder, sieben und zehn Jahre alt, lieben dieses Buch ebenfalls. Es spricht sie auf eine sehr persönliche und altersgerechte Weise an und hat ihnen auf wunderbare Weise geholfen, mit ganz unterschiedlichen Herausforderungen im Alltag besser zurechtzukommen.

Was mich besonders freut: Durch die Geschichten und Impulse im Buch haben beide begonnen, eigene Lösungsstrategien zu entwickeln und neue Wege im Umgang mit ihren Gefühlen und Problemen zu finden. Das Buch ermutigt zur Selbstreflexion, gibt praktische Denkanstöße und vermittelt auf eine liebevolle Weise, dass jedes Problem lösbar ist – wenn man es aus verschiedenen Blickwinkeln betrachtet.

Auch für uns Erwachsene halte ich dieses Buch für sehr wertvoll. Es eröffnet neue Perspektiven auf bekannte Situationen und regt dazu an, eigene Denk- und Handlungsmuster zu hinterfragen. Die klare, verständliche Sprache macht es leicht zugänglich und gleichzeitig tiefgründig. Es ist ein Buch, das zum gemeinsamen Lesen und Nachdenken einlädt – ob in der Familie, im pädagogischen Kontext oder einfach für sich selbst.

Ich kann dieses Buch wirklich uneingeschränkt empfehlen – für Kinder, Eltern, Pädagogen und alle, die offen für neue Impulse im Umgang mit Problemen und Emotionen sind. Ich hoffe sehr, dass es bald weitere Bücher dieser talentierten Autorin geben wird, denn ihre Art zu schreiben berührt und inspiriert gleichermaßen.

Du wirst morgen sein, was Du heute denkst.

Buddah



Impressum

Caluma Verlag

c/o Gallerint – Dr. Margarete Koch

Hofäckerstr. 3

71732 Tamm

www.calumaspace.de

@ calumaspace

1. Auflage 2025

ISBN 978-3-911912-00-6

© 2025 CALUMA Verlag.

Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Vervielfältigung, Verbreitung, öffentliche Zugänglichmachung oder sonstige Nutzung bedarf der vorherigen schriftlichen Genehmigung des Verlags.

Gedruckt über Amazon KDP

Amazon Media EU S.à r.l.

38 avenue John F. Kennedy

L-1855 Luxemburg



Dieses Buch zeigt dir, wie du mit Gedanken dein Leben schreibst.

Warum bist du manchmal mutig und ein anderes Mal unsicher? Warum haben manche Menschen Angst vor Hunden und andere nicht? Warum will etwas nicht klappen, obwohl du es dir so sehr wünschst?

Mit Bildern, Geschichten und Übungen entdeckst du, wie deine Gedanken dein Leben beeinflussen – und wie du sie bewusst steuern kannst.

