

## Kurztext

---

Robert Betz

### **Dein Weg zur Selbstliebe**

**Mit dem Mut zur Veränderung deine Wahrheit leben**

144 Seiten, mit ca. 10 Farbfotos

Format: 16,0 x 21,5 cm, Nicht definiert

17,99 € (D) / 18,50 € (A) / 25,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-4143-9



Sich selbst zu lieben, ist eine der größten Herausforderungen im Leben. Für den Bestsellerautor Robert Betz ist Selbstwertschätzung und Selbstliebe der Schlüssel zu einem glücklichen und erfolgreichen Leben. Denn die Meisten von uns haben in ihrer Kindheit verlernt, sich selbst zu lieben - und ihr Herz verschlossen. Doch nur, wer sich selbst liebt, den liebt auch das Leben: Sobald es uns gut geht und wir uns mit allen Gefühlen und Emotionen annehmen, kommt auch das Gute und Positive in unser privates und berufliches Leben. Mit kleinen, leichten Übungen, begleiteten Meditationen und Livevorträgen von Robert Betz in der kostenlosen Augmented Reality App, lernen wir wieder, unser Herz zu öffnen und uns selbst neu verstehen.