

Kurztext

Manfred Mohr

Das Wunder der Selbstliebe

Ein Jahresbegleiter auf dem Weg zu deinem Herzen

120 Seiten, mit ca. 52 Farbfotos

Format: 18,0 x 15,0 cm, wire-o Bindung

6,99 € (D) / 6,99 € (A) / 9,50 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-3303-8



Selbstliebe ist ein wichtiger Schlüssel für ein glückliches Leben. Der Bestseller von Bärbel Mohr zeigt das große Bedürfnis vieler Menschen danach, mit sich selbst achtsamer, freundlicher und großzügiger umzugehen. Dieser Tischaufsteller begleitet den Leser weiter auf der Reise zu seinem Herzen. Er bietet viele neue, überraschende, leichtfüßige und vor allem liebevolle Übungen, die Woche für Woche die beglückende Freundschaft mit sich selbst vertiefen helfen. Bezaubernd bebildert und gestaltet ist er ein wunderbares Geschenk und eine dauernde Erinnerung an Das Wunder der Selbstliebe.