

## Kurztext

---

Susanne Hühn

### **Jede Wunde lässt sich heilen**

**Wie wir emotionale Verletzungen und Kränkungen aus der Vergangenheit loslassen**

192 Seiten

Nicht definiert

16,99 € (D) / 17,50 € (A) / 23,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-7116-0



Es gibt wenig, was das Leben so nachhaltig vergiften kann wie erlittene Kränkungen, Verletzungen und Ungerechtigkeiten. Die Gefühle, die ein Mensch durchmacht, wenn er zu Unrecht für etwas verurteilt, wenn er verlassen, betrogen oder belogen wird, graben sich oft tief in die Seele ein – besonders, wenn er nicht die Möglichkeit bekommt, die eigene Sicht der Dinge zu vermitteln. Doch nicht nur die emotionale Wunde an sich, sondern auch unser langfristiger Umgang damit stellt häufig eine Belastung dar. So können etwa negative Glaubenssätze entstehen, die uns an Freude und Erfüllung hindern.

Doch jeder kann Frieden finden, wenn er den Schmerz über das, was er erlebt oder vielleicht sogar mit verursacht hat, zu fühlen bereit ist und dem Leben eine neue Chance gibt. Wege dorthin sind Susanne Hühns besondere Form der Arbeit mit dem inneren Kind sowie weitere heilsame Übungen und Tools, um die verletzende Situation anzuerkennen, liebevolle Selbstfürsorge zu üben und schließlich zu heilen.