



Presseinformation

Robert Betz

Dein Weg zur Selbstliebe

Mit Mut zur Veränderung deine Wahrheit leben

Reihe: GU Einzeltitel Lebenshilfe

160 Seiten, mit Audio-CD und Augmented Reality App

Format: 16 x 21,5 cm, Klappenbroschur

Preis: 17,99 € (D) / 18,50 € (A) / 24,50 sFr (CH)

ISBN: 978-3-8338-4143-9

Erscheinungstermin: 5. September 2016



 Auch als eBook erhältlich.

Selbstliebe als Schlüssel für ein erfülltes Leben

Sich selbst zu lieben, ist eine der größten Herausforderungen im Leben. Für den Bestsellerautor Robert Betz sind Selbstwertschätzung und Selbstliebe die Schlüssel zu einem glücklichen und erfolgreichen Leben. Diese reicht er in seinem neuen GU Ratgeber **Dein Weg zur Selbstliebe** in einem tollen Gesamtpaket aus Buch, Audio-CD und Augmented Reality App weiter.

Robert Betz ist ein Garant für inspirierende Gedanken und Denkanstöße. Sich selbst zu lieben ist sein zentrales Thema: „Würden sich alle Menschen selbst lieben, dann hätten wir Frieden auf der Welt. Wir würden in einer völlig anderen Welt leben, in der sich Menschen gegenseitig achten, ehren und mit Liebe und Mitgefühl unterstützen.“ Doch die meisten haben in ihrer Kindheit verlernt, sich selbst zu lieben und ihr Herz verschlossen. Mittels kleiner, leichter Übungen, begleiteter Meditationen und Livevorträgen leitet der Bestseller-Autor dazu an, sich selbst als wichtigsten Menschen im eigenen Leben anzunehmen und neu zu verstehen.

Dein Weg zur Selbstliebe ist ein persönliches Buch: Man lernt, liebevoller mit sich selbst und seinen Mitmenschen umzugehen. Das öffnet Glück und Zufriedenheit Tür und Tor. Nur, wer sich selbst liebt, kann das Lebenswerte in anderen erkennen und wertschätzen und die Geschenke des Lebens empfangen: Wer sich mit allen Gefühlen, insbesondere seinen negativen annimmt und das bisher an sich selbst nicht Geliebte lieben lernt, der erschafft in seinem privaten wie beruflichen Umfeld Frieden und freudvolle Gemeinschaften.

Robert Betz, Jahrgang 1953, ist einer der bekanntesten Psychologen, Coaches und Seminarleiter im deutschen Raum. Seine SPIEGEL-Bestseller begeisterten weit über 1 Mio Leser ebenso wie seine über 100 CDs mit Vorträgen und Meditationen. Mit seinen über 100 Live-Vorträgen und Seminaren erreicht er jährlich viele Tausend Menschen. Seine Top-Buchtitel sind „Willst du normal sein oder glücklich“, „Raus aus den alten Schuhen“ und „Wahre Liebe lässt frei“. Robert Betz lebt circa ein Drittel des Jahres auf der Insel Lesbos und ist sonst im deutschsprachigen Raum on tour.