

Kurztext

Maria Sanchez

Die revolutionäre Kraft des Fühlens

Wie unsere Emotionen uns befreien

ePub

15,99 € (D) / 15,99 € (A) / 22,00 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-6764-4



Maria Sanchez hilft uns, einen neuen Zugang zu uns selbst zu finden: Mit uns ist nichts verkehrt. Schon jetzt nicht. Selbst wenn wir noch unter Depressionen leiden, übermäßig viel essen müssen oder sich unsere Not auf eine andere Weise zeigt. Wir sind keine Fehler, die man berichtigen muss. Unsere „Störungen“ sind die Zeugen einer verloren gegangenen emotionalen Intimität mit uns selbst. In ihnen eingesperrt wartet das Leben. Unser Leben. In diesem eindrucksvollen Buch zeigt Maria Sanchez, dass wir vieles von dem, was wir bisher über Psychologie gelernt haben, in Frage stellen müssen. Detailliert, aufschlussreich und einfühlsam erklärt sie, warum unsere psychologischen und spirituellen Bemühungen unsere tiefste Sehnsucht nach Leben bisher so häufig nicht stillen können. Anhand zahlreicher Beispiele und Erfahrungen zeigt sie, wie unsere Emotionen uns befreien können.

GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH

Grillparzerstraße 12, 81675 München

Internet: www.gu.de, www.graefe-und-unzer.de

Text und Abbildung können Sie honorarfrei zur Bewerbung der Titel in Ihrem Shop verwenden.