P R E S S E M I T T E I L U N G / K A I L A S H V E R L A G

**„Heirate dich selbst. Wie radikale Selbstliebe unser Leben revolutioniert“**

Selbstliebe wird in unserer Gesellschaft nicht geschätzt, sie ist fast ein Tabuwort. Dabei ist die Selbstliebe essentiell für ein glückliches und erfülltes Leben. Denn nur wer die Fähigkeit besitzt, sich selbst bedingungslos annehmen zu können, kann auch seine Mitmenschen lieben.

In seinem Buch „Heirate dich selbst“ tritt Veit Lindau für die Selbstliebe ein. Sich selbst lieben bedeutet, sich wertzuschätzen, ohne sich selbst zu bewerten und zu kritisieren. Es heißt auch, sich vorurteilsfrei zu akzeptieren, sich eine Chance im Leben zu geben und sich auf die eigenen Wünsche und Träume zu besinnen. Veit Lindau fordert die radikale Selbstliebe, ein bedingungsloses JA zu sich selbst. Er geht sogar so weit, zu empfehlen: „Heirate dich selbst“.

Authentisch und praktisch zeigt er anhand vieler Übungen und der sechs Tugenden der Selbstliebe, wie wir lernen können, mit uns und unseren Unzulänglichkeiten zu leben und diese sogar zu lieben. Der Autor fordert auf, seinen Geist zu befreien, seine Gefühle zu stärken, auf seine Bedürfnisse einzugehen, seine eigenen Werte zu erkennen, mutig zu seinen Taten zu stehen und die Neugier zu entwickeln, sich selbst zu entdecken.

Presse-Kontakt

Ansprechpartner Michael d’Aguiar / Pressesprecher Life Trust.

Telefon +49 7276 5050621

Mobil +49 1525 3534136

E-Mail presse@lifetrust.info

Internet http://veitlindau.com/presse