



Adelheid Müller-Lissner

## Verzeihen können - sich selbst und anderen

Erschienen: April 2011  
Ausstattung: Broschur  
Format: 12.5 x 20.5 cm  
Seitenzahl: 184  
ISBN: 978-3-86153-629-1

Verzeihen tut gut! Das haben wissenschaftliche Studien bewiesen. Menschen, die bereit sind zu verzeihen, haben einen niedrigeren Blutdruck und nehmen schneller ab. Denn Verzeihen befreit von negativen Emotionen, führt aus der vermeintlichen Opferrolle heraus und ebnet den Weg für ein neues, versöhnliches Miteinander - nicht nur in der Partnerschaft, sondern auch in Beruf und Politik. Dass dieser Weg ein steiniger, oft einsamer ist, davon erzählen die Frauen und Männer in diesem Buch. Sie berichten, in welchen Etappen das Verzeihen vor sich geht, welche Hürden zu überwinden sind und wie es sich anfühlt, wenn es gelingt, oder eben nicht gelingt, sich selbst und anderen zu verzeihen.

Diese persönlichen Schilderungen werden durch Gespräche mit Wissenschaftlern und Therapeuten ergänzt.

Adelheid Müller-Lissner ist ein kluger und bewegender Lebensbegleiter geglückt, auf den zu verzichten wohl unverzeihlich wäre!

**16.00 EUR**

### **Bestellen:**

Bitte bestellen Sie das Buch in Ihrer Buchhandlung vor Ort oder direkt auf unserer Internetseite [www.christoph-links-verlag.de](http://www.christoph-links-verlag.de). Alle Online-Bestellungen werden innerhalb Deutschlands **portofrei** ausgeliefert. Die Bezahlung kann wahlweise gegen Rechnung oder Kreditkarte erfolgen.

### **Kurzlink / weitere Informationen zum Titel:**

[https://www.christoph-links-verlag.de/direkt.cfm?titel\\_nr=629](https://www.christoph-links-verlag.de/direkt.cfm?titel_nr=629)

Ch. Links Verlag  
Schönhauser Allee 36  
KulturBrauerei  
D - 10435 Berlin  
T: (030) 44 02 32 - 0  
F: (030) 44 02 32 - 29  
[mail@christoph-links-verlag.de](mailto:mail@christoph-links-verlag.de)

**Ch. Links**

ISBN: 978-3-86153-629-1

PREIS: 16.00 EUR | Österreich: 16.50 EUR