



## Titelinformation

**Ulrike Scheuermann**

**Innerlich frei**

Autorisierte Lesefassung mit Musik

Sprecherin: Gabriele Gerlach

Regie: Maja Günther

Laufzeit: ca. 3 Stunden, 32 Minuten, 3 CDs

€ 16,95 (unverbindliche Preisempfehlung)

ISBN 978-3-8398-8130-9

Buchverlag: Knauer MensSana

Erscheint am 24. November 2016



### **Nehmen Sie das Leben in seiner ganzen Fülle an!**

Das Streben nach Glück macht unglücklich. Mit dieser provokanten These sensibilisiert uns Ulrike Scheuermann für die Kehrseiten des Lebens: Denn es gibt kein Glück ohne Unglück, keinen Erfolg ohne Misserfolg und keine Hochs ohne Tiefs. Erst wenn wir uns dessen bewusst werden und lernen, die »zweite« Seite ins tägliche Dasein zu integrieren, werden wir innerlich frei und geben dem Leben mehr Tiefe, Intensität und Erfüllung. Die erfahrene Psychologin zeigt uns, wie wir dem Selbstoptimierungswahn entkommen können, und gibt konkrete Anleitungen zum Annehmen unserer Kehrseiten.

**Ulrike Scheuermann** hilft Menschen, ihr Wesentliches zu leben und innerlich frei zu werden: Die Diplom-Psychologin begleitet seit 20 Jahren dabei, nur noch das Wichtigste zu tun und so dem Leben einen Sinn zu geben. Sie arbeitet seit 10 Jahren mit Logosynthese® und bildet Selbstanwender und Fachleute in diesem System für persönliche Entwicklung aus.

**Gabriele Gerlach** arbeitet seit 25 Jahren beim Bayerischen Rundfunk als Redakteurin und für die Sendung B5 aktuell als Moderatorin. Daneben hat sie in zahlreichen Hörbuchproduktionen mitgewirkt, dem Kino-Magazin BFS ihre Stimme gegeben und Dokumentarfilme vertont. Gabriele Gerlach lebt in München.

Bitte schicken Sie uns einen Beleg Ihrer Besprechung zu.