

Renommierte Traumatherapeutin entschlüsselt die wahren Gründe für psychische und psychosomatische Leiden

Maria Sanchez' neues Buch „Der blinde Fleck“

Noch nie gab es so viele psychologische und spirituelle Angebote wie heute. Zahlreiche Podcasts und unzählige Bücher versprechen uns, dass wir nur dieses oder jenes tun müssen, um endlich glücklich zu werden. Aber funktioniert das wirklich? Studien belegen das Gegenteil: Die psychischen und psychosomatischen Symptome nehmen trotz einer wachsenden Anzahl vermeintlicher Lösungsansätze weiterhin zu.

In ihrem fünften Buch „Der blinde Fleck“ lädt die renommierte Traumatherapeutin und erfolgreiche Autorin Maria Sanchez dazu ein, unsere wiederkehrenden Symptome auf eine neue und einzigartige Weise kennenzulernen. Sie schärft die Sinne für einen universalen blinden Fleck, der unerkannt immer wieder ins Leiden führt.

Neuer wirkungsvoller Ansatz in der (Selbst-)Therapie

Wenn wir depressiv sind, von starken Ängsten geplagt werden, in Beziehungsproblemen zu versinken drohen, unter Migräne oder Schlafstörungen leiden, uns chronisch erschöpft fühlen oder andere belastende Symptome an unseren Kräften zehren, ist es nur allzu verständlich, dass wir nach einem schnellen Ausweg suchen. Wenn wir das Empfinden haben, in Flammen zu stehen, wollen wir möglichst schnell aus dem brennenden Haus hinaus ins Freie. Doch das innerliche Leidensfeuer, das uns zu verbrennen droht, kann – wie so viele von uns bereits erfahren haben – mit keinem Feuerlöscher dauerhaft aus der Welt geschafft werden. Der Grund dafür: Wir selbst sind es, die den Brand in uns unbewusst immer wieder anfachen.

Maria Sanchez' Buch ist ein Weckruf. Eine bisher fehlende Brücke zwischen Psychologie und Spiritualität. Das Betreten dieser Brücke bewirkt, dass sich der innere Feind zum stärksten Verbündeten wandeln kann.

Bestsellerautorin Maria Sanchez verzeichnet über 1 Million Klicks auf YouTube

Mit bereits über 100.000 verkauften Exemplaren ihrer mittlerweile vier Vorgänger-Bücher und über eine Million Klicks bei YouTube ist Maria Sanchez im gesamten deutschsprachigen Raum sowohl im psychologischen als auch spirituellen Bereich bekannt.

Maria Sanchez wurde im spanischen Málaga geboren und kam mit fünf Jahren nach Hamburg. Geprägt von ihrer traumatischen, von Gewalt beherrschten Kindheit litt sie viele Jahre lang stark unter einer Essstörung, Depressionen und Ängsten. Nach einem Zusammenbruch mit Anfang zwanzig begann für sie ein tiefer Heilungsweg, der ihr eine spezielle Wahrnehmung für häufig unerkannte innere Prozesse eröffnete. Mit Seminaren und Vorträgen – auch vor Fachpublikum – ist sie als Traumatherapeutin, spirituelle Begleiterin und Speakerin deutschlandweit unterwegs. Ihre Praxis sowie ihr Ausbildungs- und Seminarzentrum befinden sich in Hamburg. Seit Jahren hilft sie Menschen erfolgreich dabei, die von ihr entwickelte emotionale Selbstbegleitung zu erlernen, damit sie zu inneren Expert:innen für sich selbst werden können.

Es ist ihr eine Herzensangelegenheit, Menschen die faszinierende Vielschichtigkeit des eigenen Seins erlebbar zu machen.

Das Buch:

Maria Sanchez

Der blinde Fleck. Unsere psychischen und psychosomatischen
Symptome als stärkste Verbündete

Envela Verlag 2024, Einzeltitel

ISBN 978-3-00-079218-2

Gebunden, 240 Seiten, 24,90 Euro

Erscheinungsdatum: 02.09.2024

Pressekontakt für Rezensionsexemplare und Interviews:

Yola Meyer

kontakt@mariasanchez.de