

Presseinformation

„Es ist jetzt an der Zeit, dass wir uns endlich von der Vorstellung verabschieden, Liebe sei ein romantisches Gefühl.“

Eva-Maria Zurhorst

Liebe kann alles

- Wie du mit deiner weiblichen Kraft zur Schöpferin deines Lebens wirst -

arkana Verlag



Seit über zwanzig Jahren berät Eva-Maria Zurhorst Frauen und Paare und weiß um deren Sorgen, Nöte und Wünsche. Mindestens ebenso lang währt Zurhorsts eigener Prozess des inneren Wandels. In ihrem neuen Buch erzählt die Bestsellerautorin von ihrem Weg hin zu einer mit sich selbst im Einklang lebenden Frau, von der Kraft der Liebe und warum insbesondere die Liebe zu uns selbst der entscheidende Motor für den Wandel im Innen und Außen ist.

In „Liebe kann alles“ zeigt Eva-Maria Zurhorst die Liebe als messbare Heilkraft, die in der Lage ist, Krankheiten zu lindern, Zellen, Gene und Verhalten zu verändern, bis in unsere Vergangenheit hineinzuwirken und Fülle in unser Leben zu bringen. Neben ihrem Erfahrungsfundus als Beziehungscoach bezieht die Bestsellerautorin wissenschaftliche Untersuchungen und Experimente mit ein und kommt zu dem Schluss: Liebe ist DIE gestalterische Kraft überhaupt, aber

nur, wer sich selbst und sein Leben annimmt und liebt, der kann ihr Potential nutzen. Anhand eines eigens entwickelten Transformationsprogramms vermittelt Eva-Maria Zurhorst, wie ein bewusster Umgang mit den eigenen Gefühlen erlernt werden kann – die wichtigste Voraussetzung für mehr Erfüllung in Beziehung, Job und Sexualität und somit den Wandel des eigenen Lebens von innen heraus.

„Liebe kann alles“ ist nicht nur Eva-Maria Zurhorsts persönlichstes Buch und eine Hymne an die Frauen, sondern ein Weckruf zur Selbstermächtigung und zum Start einer neuen Frauenbewegung.

Eva-Maria Zurhorst: Liebe kann alles.

Wie du mit deiner weiblichen Kraft zur Schöpferin deines Lebens wirst.

Das Transformationsprogramm

Ca. 350 Seiten | Hardcover mit Schutzumschlag

Ca. € 20,00 (D) | € 20,60 (A) | CHF 28,90

ISBN 978-3-442-34257-0

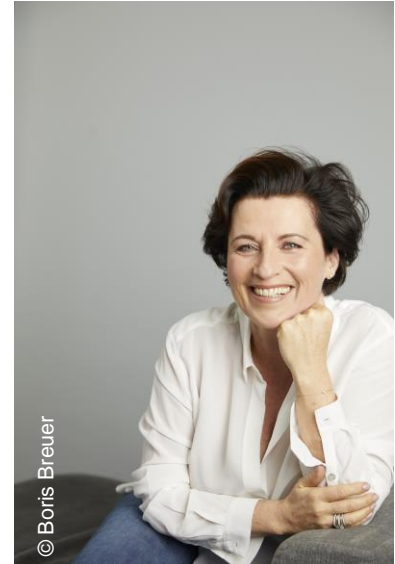
Erscheinungstermin: 11. November im arkana Verlag (auch als ebook und Hörbuch)

Presse- und Interviewanfragen bitte an: Literatur- und Pressebüro Politycki & Partner, info@politycki-partner.de, Tel. 040/430 9315-0

„Ich bin beeindruckt von dieser ... großen Offenheit.“
(Bettina Tietjen, NDR 2 „Tietjen talkt“)

Eva-Maria Zurhorst ist Bestsellerautorin und gehört zusammen mit Ihrem Mann zu Deutschlands erfolgreichsten Beziehungscoaches. Ihre Bücher wurden weltweit in 17 Sprachen übersetzt. Sie war ursprünglich Journalistin, wechselte später als Kommunikationsberaterin in die Wirtschaft und gründete nach anschließender psychotherapeutischer Ausbildung ihre Beratungspraxis. Um Frauen in ihre weibliche Kraft und in eine neue Herzensverbindung mit ihren Männern zu bringen, startete sie 2017 mit über Tausend Frauen das Selbstentwicklungsprogramm »Liebe kann alles« mit Online- und Live-Seminaren. Ihr gleichnamiger Podcast gehört mit über einer Millionen Downloads zu den erfolgreichsten in seinem Genre.

Weitere Informationen unter www.zurhorstundzurhorst.com.



Eva-Maria Zurhorst über

die LIEBE:

- Untersuchungen zeigen, dass **Lieblosigkeit krank macht und zerstört** und dass **Liebe heilt und in der Lage ist**, Menschen und Materie messbar **zu verändern**.
- In dem Moment, da ich mich selbst und das Leben annehme, werde ich immer mehr Liebe erleben. Das ist mit dem Satz *Liebe kann alles* gemeint: **Ich lasse die Liebe in mein Leben und bin nicht länger das Opfer der Umstände**.
- Ich bin überzeugt, dass unsere **weibliche Liebe die entscheidende Kraft ist**, die in den kommenden Jahren den notwendigen Wandel auf unserem Planeten hervorbringen wird.

weibliches Empowerment:

- Zweifellos leben wir gerade in Zeiten großer politischer und ökologischer Transformation, doch **die größte Transformation, die ansteht**, ist für mich **die unseres Umgangs mit Gefühlen**.
- Ich bin überzeugt, dass wir **Frauen diejenigen sind, die diesen Wandel anführen müssen**.
- Überall in meiner Arbeit **erlebe ich gerade ein Erwachen unter den Frauen** und eine **leise weibliche Revolution**.
- Die meisten **Frauen**, mit denen ich rede, **wollen nicht mehr Macht oder mehr Gleichberechtigung, sie wollen sie selbst sein**, verwurzelt in ihrer weiblichen Natur.
- Ich sage seit Jahren, dass **ich mich nicht für Emanzipation einsetze, sondern für die Rückkehr des Weiblichen**. Das ist deshalb so anders als Emanzipation, weil es uns stark und verletzlich zugleich macht.

Ihre Erfahrung als Coach:

- Was ich über die **Liebe** und ihre Kraft nach über zwanzig Jahren und nach Tausenden von Coachings definitiv weiß: Sie **kommt von keinem anderen Menschen** und sie **wird niemandem einfach in die Wiege gelegt**.
- Ich möchte die **Frauen aufrütteln** und sie schütteln, dass sie endlich **loslassen**. Alles da draußen – **auch ihren Partner** – komplett, radikal und total loslassen und sich **auf die Reise zu sich selbst machen**.
- Noch **nie habe ich so viel Angst und Haltlosigkeit erlebt wie im Augenblick**. Noch nie sind mir so viele Menschen begegnet, die in ihrem gewohnten Lebensmodell keinen Halt und keine Erfüllung mehr finden, aber aus Angst vor der Zukunft trotzdem daran festhalten. Nur die wenigsten erkennen, dass in diesem **Auflösungsprozess eine große Chance** liegt – zur persönlichen wie auch zur globalen Erneuerung.
- **Trotz Zeiten von #MeToo und weiblicher Befreiung** ist das **größte aller Übel** bei alledem noch immer das **Schweigen**. Und zwar nicht nur das traurige, angstvolle Schweigen von Frauen, die Missbrauch und Gewalt erfahren und trotzdem bleiben, sondern auch **das Alltagsschweigen**, das für so viele Frauen ganz selbstverständlich dazugehört, wenn es um ihre wahren Bedürfnisse geht.

Wissenschaft:

- Wenn wir den Wissenschaftlern glauben, braucht es nicht Ratio, Wille und Durchsetzungsvermögen, sondern Stille, Entspannung, Hingabe und bedingungslose Liebe, um uns und unser Leben radikal zu heilen, denn die **stärkste Heilkraft** auf unserem Planeten – die, **die Menschen und Materie verändern kann – ist die Liebe**.
- Tatsächlich **formen wir unser Gehirn mit unseren Überzeugungen und Vorstellungen** – unser Denken verändert und erschafft Materie in unserem Gehirn. Was auch immer wir wiederholt erfahren, denken und fühlen, formt langsam aber sicher eine neuronale Struktur, die wir dann irgendwann als selbstverständliche Gewohnheit erleben.
- So aktiviert und **verfestigt unser Gehirn** Tag für Tag **alles, was wir regelmäßig fühlen** und was wir wieder und wieder **über unser Leben, unseren Partner, unsere Möglichkeiten, Geld, Erfolg, Krankheit, Gesundheit oder unseren Selbstwert denken**. Durch diese sich stets wiederholenden Gedanken werden immer die gleichen Schaltkreise und neuronalen Strukturen aktiviert, die dann stets für die gleichen biochemischen Abläufe und damit für die gleichen Gefühle, die gleichen Erfahrungen und für ein festes Ichgefühl in uns selbst sorgen.
- Unser **Gehirn unterscheidet nicht zwischen dem, was wir tatsächlich gesehen und erlebt haben, und dem, was wir visualisieren**. Die Hirnforscher Wolf Singer und Richard Davidson sind sich darüber einig, dass das Gehirn Szenen, an die wir uns erinnern oder die wir uns vorstellen, als gleichermaßen real wahrnehme. Und da liegt die **Kraft der schöpferischen Meditation**: Visualisiere ich Bilder und Visionen, die in mir Gefühle wie Liebe, Ruhe, Frieden oder Erfüllung erzeugen, werden sich diese Emotionen in der Realität einstellen.