

# Presseinformation

Für Rückfragen:

**Orell Füssli Verlag**

Arabelle Frey

Presseabteilung

Dietzingerstrasse 3

CH-8036 Zürich

[www.ofv.ch](http://www.ofv.ch)

Tel +41 (0) 44 466 74 25

Fax +41 (0) 44 466 74 12



**Andreas Dick**

## **Die innere Mitte finden** Lob der Tugend

Sachbuch

März 2015, gebunden, ca. 288 Seiten

978-3-280-05568-7

€ 22,95 (D) | 23,60 (A) | CHF 31.90

Auch als E-Book erhältlich

Bis heute üben die »sieben Todsünden« eine eigentümliche Faszination auf uns aus. Lange Zeit waren Laster wie Gier oder Habsucht geradezu die Tugenden der auf Wachstum gierig bedachten globalen Finanzwelt. Bescheidenheit galt hingegen als altmodisch. Doch ein Leben in Extremen steht der eigenen Glückseligkeit oft im Wege. Der Schweizer Psychologe **Andreas Dick** geht deshalb der Frage nach, welche Eigenschaften einen vorzüglichen Menschen auszeichnen. Welche Charakterfehler und schlechten Gewohnheiten belasten uns? Wie können wir uns aus fesselnden Leidenschaften befreien? Wie finden wir unsere Mitte und entwickeln Stärken, die dem Leben inneren Halt und seelische Heiterkeit verleihen? Ein Plädoyer für den goldenen Mittelweg.



**Dr. Andreas Dick**, 1968 geboren, studierte in Bern Psychologie und promovierte an der Philosophisch-historischen Fakultät. Nach einem Lehr- und Forschungsaufenthalt in den USA arbeitet er seit 2007 als selbstständiger Psychotherapeut in Zürich sowie als Lehrbeauftragter an Fachhochschulen. Andreas Dick ist auch als Kolumnist bei Reader's Digest tätig und Autor des erfolgreichen Buches »Mut – Über sich hinauswachsen«, das 2010 im Verlag Hans Huber erschienen ist.

[www.andreasdick.ch](http://www.andreasdick.ch)