

[Read and download] Eine Minute für Ihr Glück!: 111 Tipps für ein schöneres Leben

## Eine Minute für Ihr Glück!: 111 Tipps für ein schöneres Leben

Von Marion Lemper-Pychlau  
ebooks | Download PDF | \*ePub | DOC | audiobook



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #778631 in BcherVerffentlicht am: 2014-09-15Abmessungen: 6.30 x .39b x 4.06l, Einband: Taschenbuch128 Seiten | File size: 47.Mb

**Von Marion Lemper-Pychlau : Eine Minute für Ihr Glück!: 111 Tipps für ein schöneres Leben** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Eine Minute für Ihr Glück!: 111 Tipps für ein schöneres Leben:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.  
inspirierend. einfach. gut.Von Hans-Georg WillmannEin sehr schnes, kleines Bchlein mit wertvollen Anregungen zum Nachdenken. Bereits die einfache Selbstreflexion, in welchem Augenblick des Tages ich am glcklichsten bin, hat mich

inspiriert und Lust aufs Weiterlesen gemacht. Die sieben Irrtümer über das Glück, die 111 Glückstipps (Meine Lieblingstipps: Nr. 22, "... Spielräume statt Schuldige suchen ..." und Nr. 96 "... woher ich jetzt, in diesem Augenblick, dankbar sein kann.") und der Grundton der (Selbst-)Achtsamkeit gefallen mir sehr gut. Sehr empfehlenswert! 0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Praxisbezogen, lebensnah und gut umsetzbar. Von Menschenfreund Mir hat bei diesem Buch besonders der direkte Bezug zum normalen Alltag gefallen. Die Autorin versteht es aus meiner Sicht sehr gut, komplexe psychologische Phänomene sehr anschaulich und lebensnah darzustellen. Das Buch setzt eine gewisse Offenheit und Fähigkeit zur Selbstkritik voraus, gibt einem aber dafür eine ganze Reihe von wirklich umsetzbaren Tipps zur Verbesserung der eigenen Einstellung zum Leben. Zum eigenen und zu dem der Mitmenschen. Sehr schlau, hilfreich und sehr schön klein portioniert ;-)

**Kurzbeschreibung** Das Streben nach Glück ist Pflicht! Die gute Nachricht lautet: Jeder von uns kann glücklich sein. Glück ist keine Frage des Zufalls, ist nichts, was das Schicksal willkürlich verschenkt oder vorenthält. Denn Glück ist eine Eigenleistung. Wir bestimmen selbst darüber, in welcher Stimmung wir durchs Leben gehen. Kleine Portionen Seligkeit lassen sich schnell zubereiten. Es liegt in unserer Macht, solche Chancen zu nutzen und unser Glück zu mehren. Auf diese Weise verlieren andere Menschen oder unsere Umstände einen großen Teil ihrer Macht über uns. In diesem Buch erfahren Sie wie Glück funktioniert, warum Sie unbedingt glücklich sein sollten, was Sie alles tun können, um schon innerhalb einer einzigen Minute Ihr Glück zu vergrößern.