

(Download free pdf) Warum bin ich eigentlich nicht glücklich?: Wege zu einem richtig guten Leben

# Warum bin ich eigentlich nicht glücklich?: Wege zu einem richtig guten Leben

Von Werner Krag

audiobook / \*ebooks / Download PDF / ePub / DOC



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #773408 in BcherVerffentlicht am: 2004-09-29Abmessungen: 7.36 x .98b x 4.88l, Einband: Taschenbuch304 Seiten | File size: 49.Mb

**Von Werner Krag : Warum bin ich eigentlich nicht glücklich?: Wege zu einem richtig guten Leben** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Warum bin ich eigentlich nicht glücklich?: Wege zu einem richtig guten Leben:

.de "Warum bin ich eigentlich nicht glücklich" ist eine Frage, die sich viele stellen, obwohl sie mit ihrem Leben zufrieden sein könnten -- zumindest, wenn man die äußeren Umstände betrachtet. Alles verläuft in geordneten Bahnen, es gibt keine wirkliche Not und man kommt ganz gut über die Runden. Und doch ist da oft eine innere Leere, die einen fragen lässt, ob dies wirklich schon alles gewesen sei. Der Psychologe und Heilpraktiker Dr. Werner Krag möchte uns helfen, "den Übergang zu einem erfüllteren Leben, zu einem neuen kraftvollen Anfang zu finden". Um die Quellen unserer Lebensfreude wieder sprudeln zu lassen, ist es notwendig, vergrabene Herzenswünsche und Lebensströme wiederzuentdecken. Wer seine ganz persönliche Herausforderung angenommen hat, wird eher in der Lage sein, Kraft und Ausdauer für die eigenen Ziele zu mobilisieren. Klarheit und Entschiedenheit bringen uns dabei voran und lassen sich bereits auf der sprachlichen Ebene einben. Statt mit den beliebten Konjunktiven wie "man müsste, man hätte" in das allgemeine, unverbindliche Klagelied einzustimmen oder sich in Wischiwaschi-Floskeln zu flchten, empfiehlt es sich, Probleme und Gefühle konkret und deutlich zu benennen. Denn eine diffuse Sprache führt auch zu diffusem Handeln. Bewusster und präziser Sprachgebrauch ist jedoch nur eine von mehreren Strategien, die der Autor anbietet. Er zeigt u. a. auch, wie man vom Träumen zum Handeln kommt und wie sich Hindernisse und Selbstsabotage überwinden lassen. Beim Lesen spürt man das innere Feuer, mit dem Werner Krag seine Botschaft von einem sinnvollen Leben vorträgt. Sein auftrttelndes Plädoyer gibt Impulse, die wir brauchen, um das Ruder herumzureißen und die Glück bringenden Chancen zu erkennen. --Stephan Schmidt

**Kurzbeschreibung** Eigentlich geht es uns doch gar nicht so schlecht. Warum sind so viele von uns dann immer so unzufrieden, ja unglücklich? Die meisten Menschen bleiben irgendwann im alltäglichen Mittelmaß stecken und vergessen ihre Träume. Doch das muss nicht sein! Es gibt einige Grundregeln, die man einhalten kann, um sich die Freude am Leben zu bewahren und psychisch stabil zu bleiben. Mit vielen sensibel porträtierten Fallbeispielen zeigt Dr. Krag diese auf und weist uns den Weg in ein selbstbestimmtes Leben voller Freude und Glück.

**über den Autor und weitere Mitwirkende** Dr. Werner Krag ist Diplom-Psychologe und Heilpraktiker mit langjähriger Erfahrung in der Beratung von Einzelpersonen und Paaren. Er hält Vorträge und Seminare zu den Themen Motivation, Glück und Erfüllung.