

(Pdf free) Loslassen und glücklich sein: Der Weg zu einem entspannten Leben

Loslassen und glücklich sein: Der Weg zu einem entspannten Leben

Von Hugh Prather

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #1241448 in BcherVerffentlicht am: 2003-07-01Einband:
Taschenbuch256 Seiten | File size: 49.Mb

Von Hugh Prather : Loslassen und glücklich sein: Der Weg zu einem entspannten Leben before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Loslassen und glücklich sein: Der Weg zu einem entspannten Leben:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen11 von 11 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. sehr empfehlenswertVon Ein Kundedieses buch habe ich whrend einer depression gelesen und habe sehr viel daraus

gelernt. wir mssen in dieser hektischen welt noch den wahren sinn des lebens sehen. ein entspannteres leben ist das a und o um seelisch im gleichgewicht zu bleiben. natrlich kann man nicht alles so annehmen, man mu abwegen welche ratschlge und tipps man fr sein eigenes leben umsetzt. aber im groen und ganzen ein buch das zu empfehlen ist.

KurzbeschreibungJeder kann lernen, von einer negativen Weltsicht Abstand zu nehmen und der Umwelt positiver zu begegnen. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Gedanken unsere Gefhle bestimmen, doch fllt es oftmals schwer, sich ungesunde Denkweisen und stndige Sorgen abzugewhnen. In zehn Schritten zeigt Hugh Prather, wie sich die groen und kleinen Probleme des Alltags aus einer anderen als der eingefahrenen Sicht betrachten lassen.