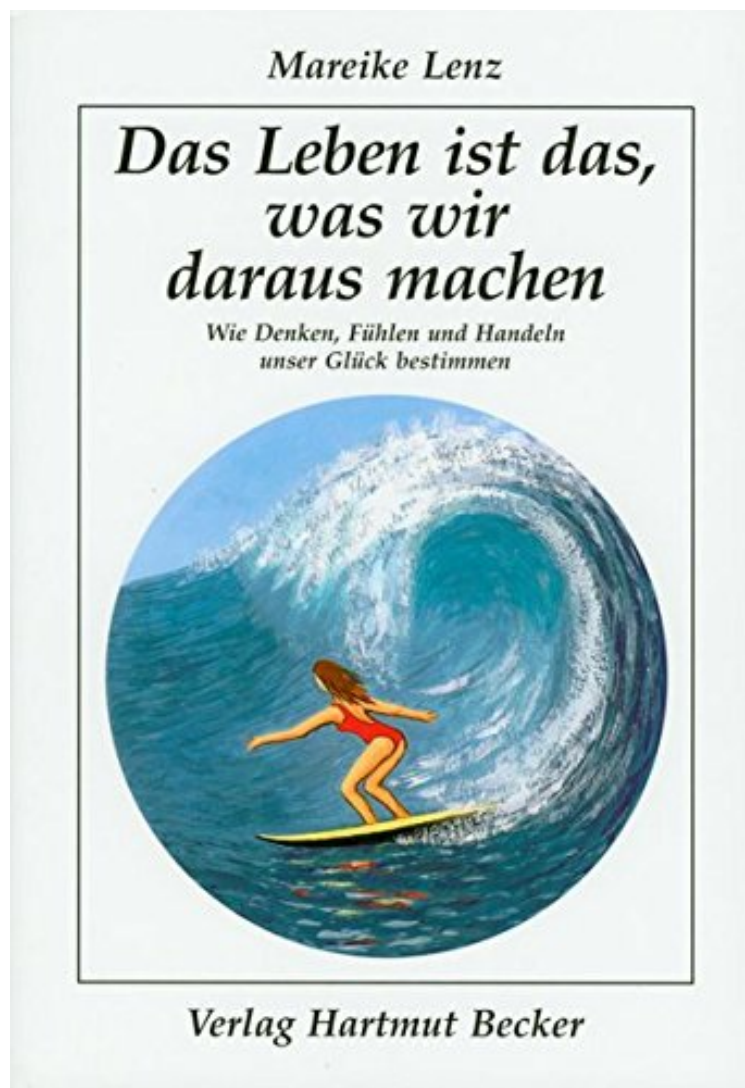


(Free pdf) Das Leben ist das, was wir daraus machen: Wie Denken, Fhlen und Handeln unser Glck bestimmen

Das Leben ist das, was wir daraus machen: Wie Denken, Fhlen und Handeln unser Glck bestimmen

Von Mareike Lenz

ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #958679 in BcherVerffentlicht am: 2003-08-10Abmessungen: 8.39 x .47b x 5.87l, Einband: Taschenbuch102 Seiten | File size: 57.Mb

Von Mareike Lenz : Das Leben ist das, was wir daraus machen: Wie Denken, Fhlen und Handeln unser Glck bestimmen before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Das Leben ist das, was wir daraus machen: Wie Denken, Fhlen und Handeln unser Glck bestimmen:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen3 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Wie Denken, Fhlen und Handeln unser Glck bestimmenVon webertaDas Buch von Mareike Lenz ist ein wichtiger

Bestandteil in meinem Leben geworden. Es hat mir gezeigt viele Dinge anders zu sehen und ich lese jederzeit gerne wieder ihre Zitate in bestimmten Situationen nach. Von nun an haben sich die Beziehungen zu meinen Mitmenschen geändert und ich habe mir neue Lebensziele gesteckt. Das Buch sollten alle gelesen haben, die hilfreiche Hinweise und Ideen zu einem glücklichen und erfüllten Leben suchen! 1 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ich werde jetzt was aus meinem Leben machen Von Ein Kunde Ein tolles Buch. Mareike Lenz kuriert notorische Schwarzseher und Berufspessimisten auf eine für jedermann/frau verständliche Art und Weise. Dieses Buch ist genau das richtige (nicht rezeptpflichtige-) Medikament für unsere DAS-GLAS-IST-HALBLEER-Gesellschaft. Sehr empfehlenswerte Lebenshilfe, die gute Lösungsvorschläge für unsere alltäglichen Probleme parat hält. 1 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ich habe meine Lebenseinstellung geändert Von T. Drabold Einfach ein sehr gutes Buch, das ich jedem empfehlen kann. Ich habe schon sehr viel daraus gelernt und lese immer wieder gerne in diesem Buch. Was ich persönlich sehr gut finde ist, dass man sich Ziele setzen soll. Meine ganze Lebenseinstellung hat sich durch dieses wunderbare Buch geändert und auch der Umgang mit meinen Mitmenschen. Nach meiner Meinung müssten alle Menschen, die mit ihrem Leben nicht zufrieden sind, dieses Buch lesen. Ich kann zu diesem Buch nur sagen, mein Leben ist erfüllt geworden.

Kurzbeschreibung Mareike Lenz lässt uns miterleben, wie sie den Weg zu einem erfüllten, glücklichen Leben fand, und liefert uns hilfreiche Hinweise und Ideen, wie auch wir es schaffen können. Am Anfang dieses spannenden und lehrreichen Erkenntnisprozesses stehen allerdings zunächst einmal Erfahrungen, die den Weg zum Glück versperren: Anpassung und Abhängigkeit, Schuldgefühle, mangelnde Selbstliebe, Neid und Eifersucht. Doch eines Tages kommt es zu einem einschneidenden Erlebnis, das Mareike Lenz verdeutlicht: 'Das Glück meines Lebens hängt von der Beschaffenheit meiner Gedanken ab.' Von diesem Tag an ändert sich ihr Leben grundlegend, denn nun beginnt sie, ihre Einstellungen zu überdenken und ihr Leben in eigener Regie neu zu gestalten. Ihr neues Selbstwertgefühl verbessert die Beziehungen zu ihren Mitmenschen, ihr Umgang mit der Kritik anderer wird differenzierter, und Fehler werden als Chancen zum Lernen erkannt. Neue Lebensziele und sinnvolle, aktivierende Lebensinhalte, ein reiferer Umgang mit dem Thema Zeit und ein tieferes Verständnis von Glück, Liebe und zwischenmenschlicher Kommunikation verbessern die Lebensqualität. Mareike Lenz zeigt uns, wie auch wir die Chance ergreifen können, bewusster zu leben, unsere bisherigen Grenzen zu sprengen und das Leben zu genießen. Dabei kommen z. B. so interessante und spannende Themen wie 'Erwartungsdruck und Entscheidungsfreiheit', 'Veränderungen durch Selbststeuerung', 'Selbstliebe', 'Umgang mit Kritik', 'Erfolg', 'Lebensziele', 'Phasen der Besinnung' und 'gegenseitige Achtung' zur Sprache. Ein außerordentlich aufmunterndes Buch mit vielen wertvollen Anregungen! über den Autor und weitere Mitwirkende Mareike Lenz lebt im Westerwald, ist verheiratet und Mutter von drei Kindern. In ihrer Freizeit treibt sie viel Sport und liest gern. Ihr größtes Hobby aber ist das Nhen von Teddybären.