



Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte

Janice Kaplan

Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte Janice Kaplan

 [Download Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarke ...pdf](#)

 [Online lesen Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbar ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte Janice Kaplan

384 Seiten

Pressestimmen

Anregende Lektüre, die zum Schlüssel für ein glücklicheres Leben werden kann (*Hamburger Morgenpost*)

Kurzbeschreibung

Dankbarkeit lohnt sich, denn sie macht uns glücklicher und zufriedener. Aber dankbar zu sein ist gar nicht so einfach. Oft stehen wir unserem Glück nämlich selbst im Weg.

Jeder kennt das: Das Fahrrad hat einen Platten, der Bus ist zu spät, und die Supermarktschlange ist endlos – was für ein nerviger Tag! Aber Halt, es gab doch auch erste warme Sonnenstrahlen im Gesicht, eine rührende SMS der besten Freundin, die selbstgemachten Frühstücks-Pfannkuchen des Ehemanns. Warum lassen wir uns so oft die Laune von den kleinen Stolpersteinen des Alltags verderben, statt das Positive wahrzunehmen?

Janice Kaplan hat sich vorgenommen, das zu ändern. Ein Jahr lang konzentrierte sie sich bewusst auf die Dinge, für die sie dankbar sein konnte, und hielt ihre Erfahrungen in einem Tagebuch fest – mit verblüffendem Effekt: Ob in Ehe, Familie, Freundschaft oder Beruf, am Ende des Jahres fühlte sie sich so glücklich wie nie.

Dieses Buch erzählt davon, wie sehr sich Achtsamkeit und positives Denken lohnen und wie wichtig es ist, Kleinigkeiten schätzen zu lernen. Gestützt auf Erkenntnisse aus Psychologie, Medizin und Philosophie erfahren wir, wie drastisch sich unser Lebensgefühl verändert, wenn wir den Blick auf das richten, was wir haben – denn das ist gar nicht so wenig. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Janice Kaplan und Lynn Schnurnberger sind seit Jahren ein erfolgreiches Autorinnenduo.

Zusammengerechnet haben sie in drei Ländern gelebt, vier Kinder auf die Welt gebracht und sieben Bücher geschrieben. Beide sind verheiratet und leben in New York.

Download and Read Online Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte Janice Kaplan #MLIX8HZSVPW

Lesen Sie Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte von Janice Kaplan für online ebook Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte von Janice Kaplan Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte von Janice Kaplan Bücher online zu lesen. Online Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte von Janice Kaplan ebook PDF herunterladen Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte von Janice Kaplan Doc Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte von Janice Kaplan Mobipocket Das große Glück der kleinen Dinge: Wie Dankbarkeit mein Leben veränderte von Janice Kaplan EPub