

Trotz allem gute Jahre

Von der Kunst, im Alter glücklich zu sein

Man ist nie zu alt, um glücklich zu sein

**Wer bin ich wirklich? Was habe ich geschafft im Leben? Was ist mir wichtig?
Was bedeutet es, Mensch zu sein, und was davon lebe ich tatsächlich?**

Morrie Schwartz spürt den Fragen nach, die einem freudvollen und kreativen Leben und Altern zugrunde liegen. Insbesondere die »goldenen Jahre« können gesundheitlich und seelisch belastend, aber auch eine der schönsten Lebensphasen sein. Mit seinem Erfahrungsschatz als Sozialpsychologe, Hochschullehrer, Vater und Freund lotet Morrie Schwartz die komplexen Gefühlslagen vor allem älterer Menschen aus und weist mithilfe von Anekdoten, Ratschlägen und empathischen Erkenntnissen behutsam den Weg zu einer aktiven, farbenfrohen und erfüllenden Zukunft. **Eine Ermutigung voller Weisheit.**

»Dieses wundervolle Buch zeigt, dass jeder Moment der Existenz kostbar ist. Wer das Glück hat, dieses Buch zu lesen, wird (...) inspiriert sein, bewusster und intensiver zu leben.« Deepak Chopra



Trotz allem gute Jahre

Deutsche Erstausgabe
256 Seiten

ISBN: 978-3-423-28366-3
EUR 19,00 [DE] – EUR 19,60
[AT]
ET 16. November 2023, 1.
Auflage
Format : 12,8 x 21,0 cm
Übersetzung: Übersetzt von
Bettina Lemke
Sprache: Deutsch