



Der kleine Taschenoptimist

Optimist zu werden ist nicht schwer

Das Leben leichter nehmen, zufriedener und glücklicher sein, wer möchte das nicht? Aber wieso gelingt das einigen ganz mühelos, während sich andere so schwer damit tun?

Bettina Lemke erklärt anschaulich und anhand vieler Beispiele die Grundzüge optimistischer Weltsicht und gibt sehr konkrete und nachvollziehbare Anregungen, wie jeder zu mehr heiterer Gelassenheit und Lebensfreude kommen kann.

Der kleine Taschenoptimist

Originalausgabe Ebook
112 Seiten

ISBN: 978-3-423-42834-7
EUR 5,99 [DE]
ET 23. Oktober 2015 , 1.
Auflage
Sprache: Deutsch

Pressestimmen

» *Es ist rundum positiv und aufmunternd geschrieben, ein kleiner Seelenstreichler. Auch persönliche Beispiele und kleine Übungen sind enthalten. Sehr schön!* «

, Smartfood 1x1

» *Dieses Büchlein von Bettina Lemke hilft, die Dinge wieder ins richtige Licht zu rücken – das macht gelassen und fröhlicher.* «

17. Februar 2016 , Laura

» Das Buch ist keinesfalls staubtrockene Lektüre. Ganz im Gegenteil! Es liest sich flüssig, ist leicht verständlich und hat nicht den Charakter eines Lehrbuchs. Durch das handliche Format passt es in fast jede Tasche und überbrückt gewinnbringend Bus- und Zugfahrten sowie andere Wartezeiten auf sinnvolle und angenehme Weise. «

28. Januar 2016 , Elisabeth Gonsch , how2find.de

» Dieser Ratgeber hilft, die Dinge auch in dunklen Stunden in ein gutes Licht zu rücken. «

1. Januar 2016 , Vital

» Das dünne Büchlein verbreitet eine positive Weltsicht und will mit vielen Anregungen dem Leser dabei helfen, sich stärker der Zufriedenheit und der Lebensfreude zu öffnen. Her damit. «

7. November 2015 , Gießener Allgemeine
