dtv

Bettina Lemke

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.

Bettina Lemke
Der kleine Taschenoptimist

Originalausgabe Ebook
112 Seiten

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

© privat

Autor*in

Bettina Lemke

Bettina Lemke, Autorin, Herausgeberin und Übersetzerin, ist u.a. die deutsche Stimme von John Strelecky. Sie lebt in München und Irland.

Pressestimmen

»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.«

Gießener Allgemeine, 7. November 2015

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

Vital, 1. Januar 2016

»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.«

how2find.de, *Elisabeth Gonsch*, 28. Januar 2016

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

Laura, 17. Februar 2016

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

Smartfood 1x1

---

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München

dtv

Autor*in Bettina Lemke bei dtv

- Trotz allem gute Jahre, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28366-3
- Was ich gelernt habe, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28252-9
- Auszeit im Café am Rande der Welt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34964-2
- Überraschung im Café am Rande der Welt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-35233-8
- Das Café am Rande der Welt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25357-4
- Das Café am Rande der Welt, Hardcover, ISBN: 978-3-423-28984-9
- Wiedersehen im Café am Rande der Welt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34896-6
- Kopf über Wasser im Alltagschaos, TB mit Klappe, ISBN: 978-3-423-35189-8
- Safari des Lebens, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34586-6
- The Big Five for Life, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34528-6
- Mein Jahr im Café am Rande der Welt 2024, Kalender, ISBN: 978-3-423-28328-1
- Der kleine Taschenbuddhist, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34568-2
- Führe das Leben, das du dir wünschst, Non Books, ISBN: 978-3-423-35041-9
- Zeit für Fragen im Café am Rande der Welt, Paperback, ISBN: 978-3-423-26407-5
- Überraschung im Café am Rande der Welt, Paperback, ISBN: 978-3-423-26327-6
- Der größte Schatz liegt in dir selbst, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34966-6
- Folge dem Rat deines Herzens und du wirst bei dir selbst ankommen, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-35219-2
- Was nützt der schönste Ausblick, wenn du nicht aus dem Fenster schaust, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-35197-3
- Du musst dich nicht entscheiden, wenn du tausend Träume hast, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34740-2
- Das Leben gestalten mit den Big Five for Life, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-34926-0
- Das Café am Rande der Welt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-20969-4
- Wiedersehen im Café am Rande der Welt, Taschenbuch, ISBN: 978-3-423-25408-3