



Ein glücklicheres Leben: Wo findet man den Startpunkt dafür?

Neues E-Book gibt erprobte Tipps, wie man das eigene Glück finden kann

Starnberg. Das neueste E-Book von krysalis publishing ist ein handfester Ratgeber dazu, wie und wo Menschen, die mit ihrem Leben unzufrieden sind oder einfach glücklicher und erfüllter leben wollen, ihre Suche nach dem Glück am besten beginnen. "Dein eigener Weg zum Glück: So findest Du den Startpunkt. Eine Anleitung in 7 Schritten" hält dazu viele erprobte Methoden, Tipps und Tricks bereit.

Wichtig ist dabei der individuelle, undogmatische Ansatz, den krysalis publishing in seiner Initiative "The Club of Happy Life-preneurs" wie auch in diesem E-Book verfolgt: "Wir glauben nicht, dass es den einen, richtigen, hundertprozentigen Weg zum Glück für jedermann gibt", sagt Kristin Reinbach, Gründerin von krysalis publishing. "Wir glauben daran, dass es grundlegendes Handwerkszeug gibt, das jedem helfen kann, diesen eigenen Weg zu finden und zu gehen." Kristin Reinbach weiß, wovon sie spricht: Anfang Dreißig war sie erfolgreich als Unternehmensberaterin, wohnte mit ihrem damaligen Freund in einer schönen Wohnung - alles hätte gut sein können - doch es fühlte sich falsch an. "Ich merkte eines Tages, dass das hier in eine optische schöne Richtung läuft - aber nicht unbedingt meine eigene." Sie entschied sich, ein Leben zu leben, das sie selbst leben wollte - ein guter, wenn auch unbequemer Weg. "Meine Erkenntnisse habe ich in diesem E-Book festgehalten. Vieles hätte leichter fallen können, hätte ich vorher gewußt, wie ich das anpacke. Ich will, dass andere es leichter haben.", erklärt sie. "Unter anderem habe ich gelernt, dass es nicht immer der große Umbruch, der jahrelange Rückzug in ein Kloster o.ä. sind, die einem helfen, sich selbst besser kennenzulernen und glücklicher zu leben. Bei mir waren das kleine Dinge wie beispielsweise Meditation, Yoga, eine gesunde Ernährung. Das heißt nicht, dass diese Kombination für jeden funktioniert. Es heißt lediglich: Wenn du unglücklich bist, sind für Dich passende, gute Gewohnheiten eine Methode, um dich und das, was dich glücklich machen würde, besser kennenzulernen."

Das lebensnahe E-Book, das aus sieben kompakten Kapiteln und einer Fülle direkt anwendbarer Tipps besteht, erscheint am 1. September 2013 für 2,79EUR und ist auf www.club-of-happy-lifepreneurs.de und in den gängigen E-Book-Stores erhältlich. An einem Rezensionsexemplar interessierte Journalisten können sich vorab mit Kristin Reinbach in Verbindung setzen.

Pressekontakt

krysalis E-Medien & Beratung

Frau Kristin Reinbach
Prinz-Karl-Str. 47
82319 Starnberg

krysalis.de
reinbach@krysalis.de

Firmenkontakt

krysalis E-Medien & Beratung

Frau Kristin Reinbach
Prinz-Karl-Str. 47
82319 Starnberg

krysalis.de
reinbach@krysalis.de

Der Unternehmensverbund "krysalis E-Medien & Beratung" entwickelt und vertreibt Medien im Bereich Persönlichkeitsentwicklung und Erfolgsmethoden (krysalis publishing) und bietet Beratung, Coachings sowie Workshops dazu an (krysalis consult).

Unternehmensphilosophie ist es, Menschen undogmatisch handfeste Hilfestellungen und Methoden an die Hand zu geben, mit denen ein erfülltes, glückliches Leben & Arbeiten machbarer wird. Für diesen Zweck gibt es auch die beiden kostenlosen Initiativen www.club-of-happy-lifepreneurs.de (mit Fokus auf dem Thema "Glücklich leben") sowie auf www.krysalis.de den "Guide für beständigen Erfolg" (mit Fokus auf beruflichem und unternehmerischen Erfolg - inklusive einem authentischen Leben!). Zielgruppe sind Männer und Frauen in Deutschland, die den Willen haben, etwas aus sich und ihrem Leben zu machen - ob privat oder beruflich, als Unternehmer, Angestellter oder Privatmensch.

krysalis consult wurde 2005 von Unternehmensberaterin Kristin Reinbach gegründet, der E-Medien-Bereich und die kostenlosen Initiativen sind seit 2012 im Aufbau. Beide Unternehmen sind inhabergeführte Einzelunternehmen. Der Unternehmenssitz ist in Starnberg.

