



Buchtipp: Neues Buch zeigt Ihnen, wie Sie glücklich sein lernen können

Ihr Glück wartet schon - oder warten Sie noch auf Ihr Glück?

Manche Menschen fragen sich, warum das Glück immer nur an den Türen anderer Menschen klingelt, aber nie an ihrer. Im Buch "glücklich sein lernen" finden sie die Antwort darauf. Glücklich sein lernen ist möglich, Manuela Aberger zeigt es in ihrem Buch "Ihr Glück wartet schon - oder warten Sie noch auf ihr Glück?" Der 64 Seiten lange Ratgeber ist 2013 als Taschenbuch im Hamburger Verlag tredition erschienen und kostet 11,99 Euro.

Bereits das Inhaltsverzeichnis macht Appetit auf mehr, die Kapitel-Überschriften schon reizen zur Lektüre. Die Autorin beantwortet im unmittelbaren Gegensatz die Fragen, ob soziales Engagement glücklich macht oder ob Egoisten glücklich sind. In "glücklich sein lernen" gibt es auch kurze Hinweise darauf, welche medizinischen Grundlagen Glücksgefühle vermitteln. So entsteht eine positive Stimmung zum Beispiel durch Bewegung oder den Genuss von Schokolade. Glücklich sein zu lernen ist aber möglich, es kann durch Sozialverhalten erworben werden. Denn: Ob sich jemand glücklich fühlt, hängt unter anderem von seiner Einstellung zum Leben ab. "Glücklich sein lernen" bietet auch einen kurzen Abriss philosophischer und psychologischer Ideen rund um das Glück. Manchmal hilft beim glücklich sein lernen schon ein Satz wie dieser von der amerikanischen Schriftstellerin Pearl S. Buck: "Viele Menschen versäumen das kleine Glück, während sie auf das Große vergebens warten."

In den Kapiteln, in denen es um konkrete Tipps für ein glücklicheres Leben geht, besitzt das glücklich sein zu lernen seine größten Stärken. Dabei spielen auch die individuellen Lebensträume eine große Rolle. Glücklich zu sein lernen bedeutet nicht zuletzt auch: Träume nicht dein Leben - sondern lebe deine Träume. Das Buch und E-Book ist auf amazon und diversen anderen Plattformen erhältlich.

Pressekontakt

Schreibbüro und Lektorat Manuela Aberger

Frau Manuela Aberger
Boznerstraße 17
6380 St. Johann in Tirol

schreibbuero-und-lektorat-manuela-aberger.at
info@schreibbuero-und-lektorat-manuela-aberger.at

Firmenkontakt

Schreibbüro und Lektorat Manuela Aberger

Frau Manuela Aberger
Boznerstraße 17
6380 St. Johann in Tirol

schreibbuero-und-lektorat-manuela-aberger.at
info@schreibbuero-und-lektorat-manuela-aberger.at

Schreibbüro und Lektorat Manuela Aberger lektoriert Texte aller Art und erstellt hochwertige Pressemeldungen, Blogtexte, Fachartikel, wissenschaftliche Arbeiten, E-Books und Printbücher.

MANUELA ABERGER

**Ihr Glück wartet schon -
oder warten Sie noch auf
Ihr Glück?**

Wie auch Sie endlich Ihr Glück
finden



tredition®