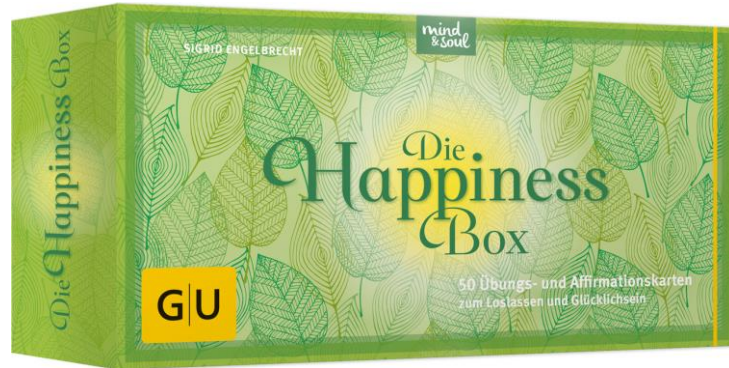


Kurztext

Sigrid Engelbrecht
Die Happiness-Box
50 Übungs- und
Affirmationskarten zum
Loslassen und Glücklichein
 62 Seiten
 Format: 9,0 x 14,0 cm, Nicht
 definiert
 16,99 € (D) / 17,50 € (A) /
 25,90 CHF (SFr.)
 ISBN: 978-3-8338-4818-6



Loslassen, was nicht glücklich macht - das sagt sich so leicht. Denn vielen fällt es schwer zu erkennen, mit welchen Gewohnheiten und Verhaltensweisen, Erwartungen und Ansprüche sie sich selbst blockieren - und wie sich diese ablegen lassen. Die Happiness-Box hilft dabei aktiv loszulassen, sich von inneren Blockaden zu befreien und glücklich zu werden. Ob in der Liebe, Freundschaft und Gesundheit oder bei der Selbstverwirklichung und den ideellen Werten - die praktischen Übungen und positiven Glaubenssätze begleiten einen tagtäglich auf dem Weg zur Veränderung. Das beiliegende Leporello erklärt, wie die Übungs- und Affirmationskarten eingesetzt werden können und warum das Loslassen in bestimmten Situationen wie in Beziehungen oder im Beruf wichtig ist. Die schön gestalteten Karten lassen sich überall hin mitnehmen, aufstellen und somit jederzeit anwenden. Ein wunderbares Geschenk für alle, die mehr Happiness in ihr Leben bringen möchten.