



Presseinformation

Meredith Gaston

Mit Dankbarkeit beginnt das Glück

Reihe: Mind & Soul Einzeltitel

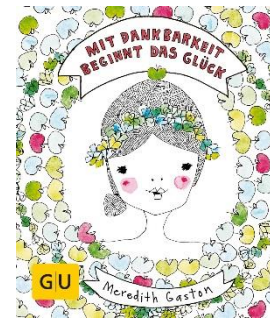
Umfang: 200 Seiten, ca. 100 Abbildungen

Format: 15 x 18 cm, Hardcover

Preis: 12,99 € (D) / 13,40 € (A) / 16,90 sFr

ISBN: 978-3-8338-6439-1

Erscheinungstermin: Februar 2018



Die Kunst, aus kleinen Momenten das große Glück zu zaubern

Dankbarkeit ist der Schlüssel zum Glück. Wir haben ihn selbst in der Hand, denn wir können uns täglich dafür entscheiden, dankbar zu sein für alles, was wir sind und was wir haben. Damit entscheiden wir uns fürs Glücklichein: Wir schaffen und bewahren gesunde Beziehungen, verbessern unser körperliches und geistiges Wohlbefinden und lassen alle Facetten unseres Lebens erstrahlen. **Mit Dankbarkeit beginnt das Glück** zeigt mit vielen inspirierenden Gedanken sowie praktischen Tipps und Übungen, wie das eigene Leben mit Dankbarkeit reicher und erfüllter gestaltet werden kann. Zahlreiche bezaubernde und farbenfrohe Illustrationen aus der Hand der Autorin machen das Buch zu einem wundervollen Geschenk – an sich selbst oder an einen lieben Menschen.

Meredith Gaston lebt und arbeitet in den Blue Mountains westlich von Sydney und in Berlin. Als Life Coach hat sie bereits mehrere erfolgreiche Bücher im Lebenshilfe-Segment geschrieben und selbst gestaltet und hat es so als Autorin, Illustratorin und Künstlerin zu internationaler Anerkennung gebracht.
www.meredithgaston.com