

[Mobile ebook] Zum Glck gibt es Lachen: Lachyoga - der Weg zur heiteren Gelassenheit

Zum Glck gibt es Lachen: Lachyoga - der Weg zur heiteren Gelassenheit

Von Ellen Mller

ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF

Ellen Müller

Zum Glück gibt es Lachen



**Lachyoga - der Weg
zur heiteren Gelassenheit**

SIGNUM

 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrang: #595067 in BcherVerffentlicht am: 2008-08-01Abmessungen: 8.74 x .91b x 6.06l, Einband: Gebundene Ausgabe192 Seiten | File size: 63.Mb

Von Ellen Mller : Zum Glck gibt es Lachen: Lachyoga - der Weg zur heiteren Gelassenheit before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Zum Glck gibt es Lachen: Lachyoga - der

Weg zur heiteren Gelassenheit:

Kurzbeschreibung Dieses Buch macht Lust auf Lachen und kommuniziert zugleich die Ernsthaftigkeit eines heiteren Themas. Es ist Anleitung und Anregung zum Lachen und Lcheln, ein praktisches und frhliches Buch zur alltglichen Anwendung. Lachen ist ein Ausdruck von Glck. Mit Lachyoga knnen wir unseren Krper in einen Zustand des Glcks versetzen. Denn wenn wir lernen knnen, bedingungslos zu lachen, dann wird auch unser Glck nicht mehr an Bedingungen gebunden sein. Das Buch beinhaltet Lachyoga-bungen, Erfahrungsberichte, Geschichten, Lachtipps und das ABC des Lachens, in dem es Interessantes und Amsantes nachzuschlagen gibt. Regelmiges Lachen fhrt zu einer heiteren Grundstimmung, die es ermoglicht, gelassener mit Herausforderungen des Alltags umzugehen. Lachen ist Gesundheitsvorsorge mit Spa! Das Buch richtet sich an alle Menschen, die mehr Lebensfreude und Lachen in ihr Leben und in das Leben anderer integrieren wollen, insbesondere auch an Personen aus Heilberufen und pdagogischen Bereichen, MitarbeiterInnen in sozialen Einrichtungen und Gesundheitswesen, Fhrungskrfte, Trainer, Berater und Personalentwickler.