



## **Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren**

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren

*Marco von Münchhausen*

**Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren** Marco von Münchhausen

Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren

Broschiertes Buch

Ein ermutigendes Buch vom Autor des Bestsellers "So zähmen Sie Ihren inneren Schweinehund".

Unsere Sehnsucht nach Ruhe, Orientierung und mehr Zeit wächst von Tag zu Tag. Marco von Münchhausen stellt individuelle "Rastplätze" für die Seele vor und gewährt erhellende Einblicke in die Welt des Erlebens. Er hat 15 Möglichkeiten zusammengetragen, wie und wo wir neue Kraft schöpfen, wieder zu uns selbst finden und unseren inneren Seelenraum pflegen können. Das Buch ist so inspirierend geschrieben, dass das Auftanken schon mit dem Lesen der ersten Seite beginnt.

 [Download Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, ...pdf](#)

 [Online lesen Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten ...pdf](#)

## Downloaden und kostenlos lesen *Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren* Marco von Münchhausen

---

368 Seiten

Amazon.de

Irgendwann geht auf der Überholspur des Alltags mit seinen tausend Anforderungen und Reizen die Anzeige auf 0: Unsere Energiereserven sind aufgebraucht. Aber wir machen weiter, müssen ja -- irgendwie.

Erschöpfung, innere Leere, psychosomatische Beschwerden; die Liste der Schäden, die das Fahren mit leerem Tank an Körper und Seele verursacht, ist lang und leidlich bekannt. Marco von Münchhausen hat in seinem lehrreichen, unterhaltsamen Buch verschiedenste „Tankstellen“ zusammengestellt, wo wir den Treibstoff bekommen, den wir für ein glückliches, erfülltes (nicht nur gefülltes) und erfolgreiches Leben brauchen. Nach dem Baukastenprinzip kann sich jeder aus 15 Möglichkeiten das auswählen, was ihn neue Kraft schöpfen lässt und wieder näher zu sich selbst bringt. Sich zentrieren, die Aufmerksamkeit nach innen richten, das Lebenstempo drosseln und im Alltag Freiraum für die Seele schaffen – das bedeutet „auftanken“. Manche Menschen finden zu sich, indem sie äußerlich Ordnung schaffen, andere durch Bewegung, wieder andere durch bewusstes Genießen oder in der Natur. Auch Musik bringt die Seele zum Klingen und die Kunst erhebt uns über das Alltägliche. Mit anderen zu lachen, Dankbarkeit zu empfinden, Beten, Schweigen, Feste oder soziales Engagement sind weitere Energiequellen, die vorgestellt werden. Auch wenn das Cover ein bisschen spirituell verklärt anmutet, ist das Buch inhaltlich undogmatisch und ohne esoterischen Beigeschmack. Von Münchhausen bietet auch keine Allerwelts-Wellnesstipps, wie man sie in jeder Zeitschrift findet, sondern wirklich spannende, fundierte Einblicke in die Welt der Wahrnehmung und des Erlebens sowie ganz individuelle „Rastplätze“. Am Ende jedes Kapitels gibt es Raum für persönliche Notizen, denn *Wo die Seele auftankt* soll ein Buch zum ständigen Benutzen und ein Begleiter über einen längeren Zeitraum sein.--Dagmar Rosenberger Pressestimmen

"Dieses Buch zeigt, welche Tankstellen den Treibstoff liefern, den wir für ein gelingendes Leben brauchen."  
(Pater Anselm Grün)

"Erfreulich undogmatisch und ohne esoterischen Beigeschmack. Sehr lesenswert." (Stern)

"Eine immer wieder frische Inspirationsquelle mit vielen Alltagstipps." (Gala) Werbetext

Der Weg zu sich selbst

Download and Read Online *Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren* Marco von Münchhausen #5Z4PW1SLUE7

Lesen Sie Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren von Marco von Münchhausen für online ebookWo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren von Marco von Münchhausen Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren von Marco von Münchhausen Bücher online zu lesen.Online Wo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren von Marco von Münchhausen ebook PDF herunterladenWo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren von Marco von Münchhausen DocWo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren von Marco von Münchhausen MobipocketWo die Seele auftankt: Die besten Möglichkeiten, Ihre Ressourcen zu aktivieren von Marco von Münchhausen EPub