

Willkommen auf dem Glücksplaneten

Wie du die Leichtigkeit des Lebens findest

Taschenbuch
Silja Mahlow

20,00 €
inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

KOSMOS



- Glückscoach Silja Mahlow jetzt bei nymphenburger.
- Motivation und Orientierung für ein leichteres und glücklicheres Leben.
- Moderne, lebensnahe Kombination aus Coaching, Psychologie und Spiritualität.
- Ganzheitliche Übungen und Meditationen.
- Persönlicher Kontakt mit der Autorin über ihren Blog „Glücksplanet“, Facebook und Instagram.

253x192x18mm (LxBxH)

1. Auflage 2021

Umschlag/Ausstattung: 86

Farbfotos, 2 Farbzeichnungen,
Seiten: 176

EAN: 9783968600116

Art.-Nr.: 46011

Produktinformationen "Willkommen auf dem Glücksplaneten"

Silja Mahlow steht mitten im urbanen Leben, und das mit Leichtigkeit, Lebensfreude und einer bejahenden Sicht auf die Dinge. Tausende Menschen haben ihre Social-Media-Kanäle abonniert und folgen ihrem sympathischen, motivierenden Vorbild. Mit diesem Buch lädt sie ein, ihr auf den Glücksplaneten zu folgen. Ihr Weg kombiniert westliche Techniken wie Psychologie und Coaching mit der uralten Philosophie des Yoga. Das Glückstraining ist in 10 Stufen aufgebaut und, wie man es von ihr kennt, immer leicht, freudig und entspannt. So geschieht es wie von selbst, dass man das Bewusstsein verändert, inneren Frieden findet, Kraft tankt und einfach glücklicher wird.



Autor*innen

Silja Mahlow

[Mehr zur Person](#)