

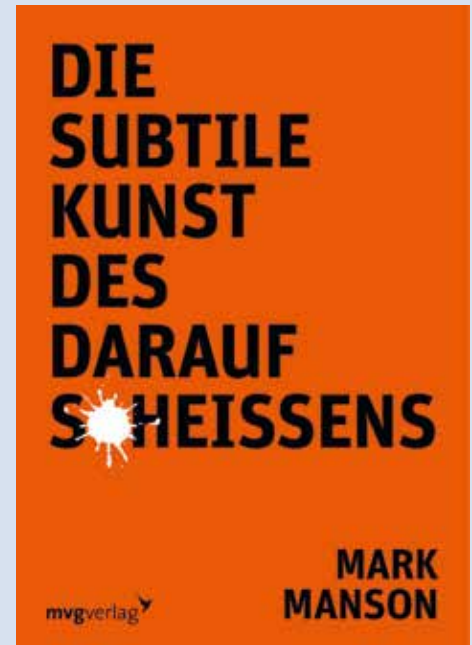
»DIE SUBTILE KUNST DES DARAUFSCHEISSENS«

Mark Manson ist kein Freund vom positiven Denken. Wenn etwas schlecht ist, dann ist es halt schlecht – ist eben so! Auch wenn wir etwas nicht können, sollten wir dazu stehen. Nur wer seine Grenzen akzeptiert, findet die Stärke, die er braucht.

Im Gegenzug gibt es so viele Dinge, die einem gleichgültig sein können. Man muss nur herausfinden, welche das sind und wie sie einem so richtig egal sein können. So kann man sich dann auf die eigenen Stärken und die wichtigen Dinge besinnen und hat mehr Zeit, sein Potenzial gänzlich auszuschöpfen. Die subtile Kunst des Daraufscheißens verbindet unterhaltsame Geschichten und schonungslosen Humor mit hilfreichen Tipps für ein entspannteres Leben. Denn nur wenn einem manche Dinge egal sind, kann man seine Kraft für das wirklich Sinnvolle einsetzen.

Unser Buchtipp:

Mark Manson
Die subtile Kunst des Daraufscheißens
224 Seiten
mvgverlag
ISBN 978-3-86882-811-5
16,99 €



»WIR GRATULIEREN DEN GEWINNERN DES PREISAUSSCHREIBENS«

In der letzten Ausgabe von natürlichHAMM haben wir zwei Exemplare des Buches „Mein Weg zur gesunden Ernährung“ vom Ernährungs-Doc Dr. med. Matthias Riedel verlost.

Die glücklichen Gewinner sind:

- **Carmen Hammerl**
- **André Schörnig**

Die Bücher wurden bereits an die Sieger verschickt.

Wenn Ihnen Fortuna dieses Mal nicht hold war, dann freuen wir uns darauf, wenn Sie wieder Ihr Glück auf den Prüfstand stellen.

Wir drücken allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Daumen!

