Ressort: Vermischtes

Nimm dir eine Auszeit

Buch-Rezension

Hannover, 17.01.2016, 16:21 Uhr

GDN - Wer wünscht sich nicht gelegentlich eine kleine Auszeit. Hilfestellung kann das handliche Buch Nimm dir eine Auszeit aus dem Groh-Verlag geben. Es kann mit seinen Texten und Bildern das Leben einfacher machen.

Auf 48 Seiten wird dem Leser mit Kurztexten und beeindruckenden Naturfotografien die Chance gegeben, zur Ruhe zu kommen und Kraft zu tanken. Die Autoren fordern den Leser beispielsweise auf, die Augen zu schließen und sich zurückzulehnen. Einfach einmal die Kraft des stillen Moments spüren, sich sammeln und die Sinne zu öffnen. Das ist nur einer von vielen Vorschlägen, die im Buch gemacht werden. Weitere wie die Aufforderung zum bewussten Essen oder dem Spaziergang durch einen Wald gehören ebenfalls dazu.

Das handliche Format von 17,7 x 16,6 Zentimeter ermöglicht es, das Buch jederzeit mitzuführen. Es ist im Groh-Verlag unter der ISBN-Nr.: 978-3-84851447-2 im vergangenen Jahr erschienen und für 9,99 Euro zu erwerben. Mit diesem Werk ist es den Verlags-Verantwortlichen wieder einmal geglückt, gute Stimmung in den täglichen Alltag zu bringen, den Leser aber auch zum Nachdenken zu bringen.
Ob im Büro, auf Reise oder zu Hause: Die entspannenden Texte sind überall und jeder Zeit zu genießen. Einfacher geht es kaum, sich eine Auszeit zu gönnen.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-66275/nimm-dir-eine-auszeit.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Hartmut Butt, Freier Journalist

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Hartmut Butt, Freier Journalist

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619