



Su Busson

Das Wachstums-ABC

So verwirklichen Sie Ihre Wünsche, Träume und Ideen

Format 13,5 x 21,5 cm

224 Seiten, durchgehend zweifarbig

Klappenbroschur

ISBN 978-3-7015-0558-6

€ (A, D) 22,-; SFr 31,50

ET: 22. März 2014

Orac

Auch als E-Book erhältlich

Vom Träumen zum Handeln. Das Trainingsbuch für ein erfülltes Leben

Von A bis Z: Wie Veränderung gelingt und Wünsche wahr werden

Wünsche und Träume, Pläne und Ideen – wer hat sie nicht? Sie zu verwirklichen, ist die wahre Lebenskunst, und das „Wachstums-ABC“ weist den Weg dorthin.

Von A wie Anfang bis Z wie Zukunft, über B wie Begeisterung, H wie Handeln, M wie Mut und V wie Vertrauen zeigt Su Busson, wie man Schritt für Schritt die „seelischen Muskeln“ trainieren kann, um seinen Herzenswünschen ein Stück näher zu kommen, sie konkret zu definieren und praktisch umzusetzen.

Das Wachstums-ABC ist ein Arbeitsbuch für das persönliche Glück: Selbstsicherheit nimmt nur zu, wenn man sich immer wieder unsicheren Situationen stellt. Mutig wird man nur, wenn man handelt, obwohl das Herz bis zum Hals klopft. Seiner inneren Stimme zu vertrauen lernt man nur, wenn man ihr trotz aller Zweifel folgt.

Wer seine Art zu denken, zu fühlen und zu handeln verändert, verändert auch sein Leben. Und dann können Wünsche wahr werden, von denen man früher nicht einmal zu träumen gewagt hätte.

Die Autorin

Als systemische Beraterin, Coach und Yoga-Lehrerin unterstützt Su Busson seit über zehn Jahren Menschen dabei, sich erfolgreich zu verändern. Nach ihrem Wirtschaftsstudium arbeitete sie zunächst fünf Jahre als Kommunikationsberaterin in der Werbung. Kurz vorm Burn-Out entschied sie sich dazu, ihr Leben drastisch zu verändern und zu tun, was ihr wirklich Freude macht. So sind auch ihre Bücher eine Inspiration und Ermutigung, das eigene Leben bewusst zu gestalten, sein Potenzial zu nutzen und im Hier und Jetzt glücklich zu sein.