

Christiane Prang



Wohlfühlen

Impulse, Körper und Seele Gutes zu tun



www.impulshefte.de

Christiane Prang: Wohlfühlen – Impulse, Körper und Seele Gutes zu tun
Impulsheft Nr. 28

© 2008 Down to Earth Laubacher · Str. 16 II · 14197 Berlin

Gestaltung: www.michaelzimmermann.com

Fotos: sxc.hu - thaiadv (1), juliaf (9), Spanishale (25), alifarid (27), Lakepeople (29); photocase.com - LovelsAFastSong (2), Dragon30 (5), Aridula (7), larob (11), zabalotta (13), view7 (15), fantasma (17), voth (19), Gortincoiel (21), sint (23)

Lektorat: Kerstin Hack, MatMil Berlin

ISBN 978-3-935992-50-3; ISBN eBook: 978-3-86270-212-1; eBook-PDF: -214-5,
Smartphone-App: -213-8

eBook-Herstellung und Auslieferung:
Brockhaus Commission, Kornwestheim
www.brocom.de

Zitate stammen aus der Zitate-Sammlung »Gut gesagt«, Down to Earth Verlag, 2008.

Mehr Inspiration und weitere Impulshefte unter
www.down-to-earth.de und www.impulshefte.de



Wohlfühlen - Impulse, Körper und Seele Gutes zu tun

Die Empfindung für unser Wohl und Wehe hängt von unserer Eigenliebe ab. —Françoise Sagan

Kannst du dich noch erinnern? Wann hast du dich das letzte Mal in deiner Haut so richtig wohl gefühlt? Wie lange ist es her, dass du deinen Bedürfnissen nachgespürt und dann etwas für dich getan hast? Wenn du zu den Menschen gehörst, die wissen, wie sie sich Gutes tun und sich ab und zu ein bisschen verwöhnen können, dann gratuliere ich dir. Vielleicht weißt du aber gar nicht so genau, was dir gut tut, und kannst dich an den Zustand des Dich-rundum-Wohlfühlens gar nicht mehr erinnern. Dann möchte ich dir ein paar Impulse mit auf den Weg geben, die dich diesem Ziel wieder näher bringen. Sich in seiner Haut wohl zu fühlen bedeutet mehr, als frisch geduscht zu sein und modische Kleidung zu tragen. Lass dich überraschen! Nimm dir Zeit für dich und entdecke ein neues Wohlgefühl.