



NEWSLETTER



Liebe Freunde,

seit unserem letzten Newsletter sind einige Monate vergangen. Deshalb zuerst einmal herzlichen Dank an unsere langjährigen Abonnenten für Ihre Geduld. Und das bringt uns auch gleich zum Thema: DANKBARKEIT. Über den Wert der Dankbarkeit liest man in den letzten Jahren viel. Das ist auch gut so, denn nach meiner Erfahrung ist Dankbarkeit eine der wichtigsten Charaktereigenschaften für ein erfülltes, erfolgreiches Leben.

Um gleich damit anzufangen 😊: Danke, dass Sie unseren Newsletter abonniert haben. Ich wünsche Ihnen viel Freude und Inspiration damit, viele wertvolle Erfahrungen und Erlebnisse und viel Sonne am Himmel und im Herzen.

Mit herzlichen Grüßen

Christine Assen

DIE „NACH-DENK“ – GESCHICHTE

Der Dankesbrief

Ein Arzt, der in seinem Beruf über Jahrzehnte Erfolg hatte, setzte sich eines Tages hin und schrieb einen Dankesbrief an seine ehemalige Lehrerin, die ihn, als er in ihrer Klasse war, sehr ermutigt und unterstützt hatte. Eine Woche darauf erhielt er eine mit zittriger Hand geschriebene Antwort.

„Mein lieber Willi, ich möchte, dass du weißt, was mir Dein Brief bedeutet hat. Ich bin eine alte Frau in den Achtzigern, lebe alleine, koche meine Mahlzeiten selbst, bin oft einsam und komme mir manchmal vor, wie das letzte Blatt an einem Baum. Vielleicht interessiert es Dich, Willi, dass ich 50 Jahre lang Lehrerin war, und in der ganzen Zeit ist Dein Brief der erste Dank, den ich erhalten habe. Er kam an einem kalten, blauen Morgen und hat mein einsames, altes Herz erfreut, wie mich in vielen Jahren nichts erfreut hat!“

frei nach Axel Kühner „Eine gute Minute“

Cotton-Bag - „HEUTE ist mein bester Tag“



... für den Gute-Laune-Einkauf

(GRATIS ab einem Warenwert von 50 Euro – gültig bis 30.06.2018)



HEUTE

Nach dem Lesen der anrührenden Weisheitsgeschichte fielen mir einige Menschen ein, die mich im Laufe meines Lebens unterstützt und begleitet haben. Manchen habe ich dafür gedankt, anderen noch nicht. Und es ist an der Zeit, das nachzuholen. Nicht allein, weil es vielleicht dem anderen gut tut, sondern auch, weil es mir selbst gut tut. Es macht mir bewusst, dass nicht alles selbstverständlich oder total ‚normal‘ ist. Es öffnet mein Herz, für die vielen Geschenke, man kann es auch Segnungen nennen, die ich ohne eigene Leistung täglich empfangen. „Dankbarkeit ist nicht nur die größte aller Tugenden, sondern auch die Mutter aller anderen“ hat bereits Marcus Tullius Cicero (106-43 v. Chr.), Politiker, Philosoph und berühmtester Redner Roms, verkündet.

Dankbarkeit und eine positive, optimistische Lebenseinstellung sind untrennbar miteinander verbunden. Wie oft denken wir an das Gute in unserem Leben? An die schönen, kleinen Dinge? Und wie oft ärgern wir uns über Belangloses? Die Warteschlange im Supermarkt, der Stau auf der Autobahn, das Handtuch, das der Partner nach dem Duschen nicht ‚ordnungsgemäß‘ aufgehängt hat. Bevor es uns überhaupt bewusst ist, schleichen sich Ärger, Wut und andere negativen Gedanken in unseren Geist ein und verrichten dort ihr zerstörerisches Werk. Aus dieser Spirale kommst du nur heraus, wenn du deine Aufmerksamkeit bewusst auf das viele Gute lenkst, das neben allem anderen vorhanden ist. Denkst du an Dinge, die dir Freude bereiten, für die du dankbar sein kannst, kannst du nicht gleichzeitig wütend oder ärgerlich sein.

Dankbarkeit und Positives Denken braucht – wie alle guten Gewohnheiten – tägliche Übung. Dazu gehört auch, anderen Wertschätzung und Dankbarkeit zu zeigen, denn das hat erwiesenermaßen nachhaltigen Einfluss auf unser eigenes Wohlbefinden. Es braucht nicht die großen Taten, sondern kleine Dinge, wie der Kassierer im Supermarkt ein Lächeln schenken, dem Nachbarn freundlich Guten Morgen sagen, für die Kollegen einen Kuchen backen oder mitbringen, dem Partner, den Kindern oder den Eltern sagen, dass du sie liebst. Diese Liste könnte endlos fortgesetzt werden. Verbreite Freude, Lob und Anerkennung und was du gibst kehrt tausendfach zu dir zurück.



Osteraktion

Bestellen Sie im Warenwert von 35 Euro und Sie erhalten ein Ostergeschenk Ihrer Wahl:



Bestell-Nr. Oster2



Bestell-Nr. Oster1



Bestell-Nr. Oster3

(Gültig bis 02.04.2018)

MOTIVATIONSTIPP

Jeder Gedanke ist ein

DANKE

Frag dich gleich morgens:
Was ist gut in meinem Leben?
Worüber kann ich glücklich sein?
Wofür kann ich dankbar sein?

Henry David Thoreau

Unser Frühlingsangebot

Die Design-Edition des Buches „HEUTE ist mein bester Tag“ zusammen mit der Design-Tasse zum Sonderpreis von 45,95 Euro. Als besonderes Geschenk für einen lieben Menschen oder auch für sich selbst. 6 Euro gespart – viel Freude gewonnen.

(Gültig bis 30.06.2018)



&



Vorteilspreis: 45,⁹⁵ Euro

OSTERGESCHENKE



HEUTE ist mein bester Tag – Classic-Edition

Der Bestseller von Arthur Lassen – aktuell in der 30. Auflage September...

Preis: 30,00 €



Mein Glücksbuch

Ein Buch, in dem Sie am Ende eines Tages schriftlich festhalten können,...

Preis: 17,00 €



Impulskarten

Tägliches Training der Inhalte des Buches „HEUTE ist mein bester Tag“. So...

Preis: 18,00 €

L.E.T. GmbH | Fliederstraße 19 | 63486 Bruchköbel
Telefon: +49 (0)6181-9775-0 | Telefax: +49 (0)6181-9775-77
Internet: www.let-verlag.de | E-Mail: kontakt@let-verlag.de

Geschäftsführung: Christine Lassen | Lisa Vivian

Möchten Sie diesen Newsletter zukünftig nicht mehr erhalten, dann klicken Sie bitte hier.