

Ein zufriedenes Leben kann so einfach sein: Raus aus dem Kreisverkehr – nächste Ausfahrt Glück!

03.01.2022, 09:59 |

Pressemitteilung von: *Landrefugium Obermüller Wellnesshotel*

Raus aus dem Kreisverkehr – nächste Ausfahrt *Glück →*

Wolfgang Obermüller



Das neue Buch von Wolfgang Obermüller: Raus aus dem Kreisverkehr!

Glücklich zu sein, das wünschen wir uns doch alle. Gerade erst haben wir uns gegenseitig viel Glück für das neue Jahr 2022 gewünscht, denn was könnte wichtiger sein? Dabei ist gar nicht immer klar, was jeder Einzelne für sich selbst als Glück definiert. Wolfgang Obermüller hat sich dieses Thema vorgenommen und seine ganz eigenen Sichtweisen in ein lesenswertes Buch einfließen lassen.

„Raus aus dem Kreisverkehr – nächste Ausfahrt Glück“ ist eine kleine Anleitung zum Glücklichein, vollgepackt mit Lebensweisheiten von einem, der es wissen muss: Der Hotelier ist täglich damit befasst, anderen Menschen das Leben

zumindest eine Zeitlang so angenehm wie möglich zu machen. Seine Erkenntnisse können vielen Lesern helfen, einen neuen Blick auf das eigene Lebensglück zu entwickeln.

Volle Fahrt voraus – Richtung Glücklichein!

Bin ich eigentlich schon glücklich? Lebe ich mein Leben richtig? Oder könnte ich noch viel glücklicher sein, wenn die äußeren Umstände es erlauben würden? Solche und ähnliche Fragen stellen sich viele von uns immer wieder. Gerade jetzt, nach Silvester, lässt man das vergangene Jahr Revue passieren und fragt sich, ob man alles richtig gemacht hat. Vielleicht ist man ja auf dem Weg zum Glück irgendwo falsch abgebogen, hat die richtige Ausfahrt verpasst?

Viele Menschen fühlen sich wie im Hamsterrad. Sie glauben, dass sie im Leben nicht so recht vorwärts kommen. Sie denken, sie treten auf der Stelle und haben deshalb ihr Anrecht auf ein bisschen mehr Zufriedenheit verspielt. Zum Jahresbeginn will man dann nochmal komplett neu durchstarten und jetzt aber auch wirklich absolut alles richtig machen! Es muss doch möglich sein, einen größeren Zipfel vom Lebensglück zu erwischen als bisher – oder etwa nicht?!

Alles gar nicht so einfach – oder vielleicht doch?

Wer sich zu Neujahr ernüchert ins Gedächtnis ruft, was in den letzten zwölf Monaten so alles schiefgegangen ist, kann natürlich enttäuscht sein. Wieder sind wir nur im Alltagstrubel untergegangen, wieder haben wir ein wichtiges Lebensziel nicht erreicht, wieder sind wir an einer bestimmten Stelle gescheitert ... Aber stimmt das so überhaupt?

Vielleicht sind wir ja schon längst glücklich, ohne es zu bemerken. Die Coronakrise hat vieles in unserem Leben verändert. Plötzlich ging es nicht mehr nur um „Luxusprobleme“, sondern ums Überleben – oft genug im Berufsleben, aber auch ganz existenziell aus gesundheitlichen Gründen. Mit mulmigem Gefühl verfolgt man die Nachrichten, Verunsicherung und Zukunftsängste werden geschürt. Kann Corona uns auch noch das letzte Stückchen Lebensglück nehmen? Das sollten wir gar nicht erst zulassen! Fast immer gibt es genug im eigenen Leben, worüber man glücklich sein kann. Vielleicht haben uns nur die Alltagsorgen den Blick darauf verstellt.

Autor Wolfgang Obermüller weiß: „Es ist gar nicht so schwer: 15 einfache Schritte im Alltag genügen, um wieder mehr Freude, Dankbarkeit und Zufriedenheit zu spüren.“ Der Inhaber eines Wellnesshotels im Bayerischen Wald stellt in diesem Buch seine eigenen Lebenserfahrungen vor. Die verschiedenen Erkenntnisse aus Fort- und Weiterbildungen, die er europaweit besucht hat, sind ebenfalls in sein Buch eingeflossen. Klar und leicht verständlich hilft es schon jetzt vielen Menschen, ihren ganz individuellen Weg zum Glück zu finden.

Sich einfach besser fühlen – auch im Alltag!

Als selbstständiger Wellnesshotelier vermisst Wolfgang Obermüller oft den langfristigen Nutzen für seine Gäste aus einem Urlaub. „Oft genug ist der Erholungseffekt im Alltag leider viel zu schnell verpufft“, sagt der Hotelinhaber. Wellness heißt eigentlich „Was tut mir gut?“ Und genau diese Frage sollten wir uns immer wieder stellen, um unser Glück dauerhaft zu erhalten.

Benötigen wir nicht alle eine innere Quelle der Kraft, die unerschütterlich ist im Alltag, und aus der wir immer wieder schöpfen können? Mit seinem Buch will der Autor den Lesern Impulse für den Alltag mitgeben, die sie sofort anwenden können. Schließlich nützt der schönste Wellnessurlaub nichts, wenn man hinterher zu Hause sofort wieder gestresst und unzufrieden ist. Sich nicht von Ängsten herunterziehen zu lassen, Krisen zu meistern und Herausforderungen so gelassen wie möglich durchzustehen, das kann man lernen, und es ist gar nicht so schwer.

Mit seinem Buch möchte Wolfgang Obermüller dazu beitragen, den Lesern etwas mehr Gelassenheit und Dankbarkeit zu

schenken. So wird es auch in schwierigen Momenten wieder möglich, die richtige Ausfahrt zu nehmen: Raus aus dem Kreisel negativer Gedanken und Gefühle und hinein ins eigene, dauerhafte Glück.

Interessierte finden hier weitere Informationen sowie eine kostenlose Leseprobe : <https://ge-danken.com/>

Wolfgang Obermüller:

Raus aus dem Kreisverkehr – nächste Ausfahrt Glück

Hardcover | 135 Seiten | **ISBN: 978-3755727880** | 15,95 Euro | auch als E-Book erhältlich

+++++

Pressekontakt

Herr

Wolfgang Obermüller

Sonnenweg 12

94107 Untergriesbach / Passauer Land

Tel. 0151/16337557 Fax. 08593 900544

E-Mail: wolfgang@balancehotel-obermueller.de

www.balancehotel-obermueller.de

<https://ge-danken.com/>

+++++

Portrait

Über den Autor:

Wolfgang Obermüller, 47 Jahre, verheiratet, ein Sohn Jonas, seit seinem 21. Lebensjahr selbstständig mit dem **** Landrefugium Obermüller e. K. sowie angegliederten Tochterunternehmen. Zitate im ganzen Hotel, Gute-Nacht-Geschichten im Zimmer sollen den Gästen neben klassischen Wellnessangeboten als Gedankenimpuls dienen. Qi Gong & Meditation und Entspannungsübungen, die auch zu Hause von den Gästen im Alltag angewendet werden können. Somit will der Autor seinen Gästen neben klassischen Wellnessangeboten, 1500 qm großem Wellnessbereich, Pools, kulinarischem Angebot und Herzlichkeit der Mitarbeiter, die in vielen positiven Bewertungen hervorgehoben wird, einen Mehrwert bieten. Gemäß seinem Leitbild „Ein Leben voller Sinn und Freude“ will er Menschen eine Herberge bieten – das ist sein persönlicher Weg zum Glück.

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1222464/Ein-zufriedenes-Leben-kann-so-einfach-sein-Raus-aus-dem-Kreisverkehr-naechste-Ausfahrt-Glueck.html>