

Andrea Micus

# DIE GLÜCKSKURVE DES LEBENS

Warum es ab der Lebensmitte  
nur noch bergauf geht

## INHALT

Vorwort .....	9
Das Glück ist ein »U« .....	13
Das Rezept für Ihr ganz persönliches Glück .....	37
Positives Denken – Der Generalschlüssel zum Glück .....	41
Gelassenheit – Die herrliche Lebensart der Lässigkeit .....	59
Liebe – und zwar so viel wie möglich .....	71
Soziale Kontakte – sie halten uns mollig warm ...	89
Kreativität – Querdenken und von Künstlern Begeisterung lernen .....	107
Abwechslung – damit das Leben wieder Kopf steht .....	123
Eigenverantwortung – Schreiben Sie Ihr eigenes Drehbuch .....	147
Sinnvolles tun und anderen helfen .....	171
Und noch zum Schluss ... ..	183
Anhang .....	185