

Manfred Glawogger

LUST auf LACHEN



Leykam _

Inhalt

Gönnen Sie sich das Lachen	9
Der Weg des Lachens.	13
Ein Lächeln am Morgen.	21
Lachen macht Klima.	29
Durch Lachen zu Glück und Lebensfreude . . .	37
Lachen ist Wellness pur.	43
Lachen ist die beste Medizin.	46
Ein Leben in Freude.	58
Der Mensch ist ein lachendes Lebewesen. . . .	63
Lacht Gott?.	68
Was man ernst nimmt, sagt man am besten im Spaß.	75
Lassen Sie sich vom Lachen verwandeln. . . .	80

Lachen will gelernt sein	85
Wer lacht, ist glücklich, wer glücklich ist, lacht	93
Literatur	95
Internet	96