

Pressmeddelande Februari 2014

Styr dina tankar till ett bättre liv - Hur du skapar ditt bästa möjliga liv av Mikael von Matérn

Mikael von Matérn är tillbaka med en ny bok efter succén "Så blev jag en stjärnsäljare - 44 avgörande faktorer". Boken heter "Styr dina tankar till ett bättre liv" och handlar om hans egen forskning om hur man får ett bättre liv. Boken riktar sig till alla människor som vill nå sin fulla potential som människa och få ut ännu mer av livet.

"Min dröm är att den här boken ska inspirera en hel värld, till att må ännu bättre" säger Mikael von Matérn själv om boken.

Genomsnittsmänniskan tänker över fyrtiotusen tankar per dag och studier visar att nästan nittio procent är negativa tankar. Det kusliga är att negativa tankar faktiskt skadar din hjärna. Hur kan vi då lära oss att kontrollera våra negativa tankar och hur kan vi lära oss att styra våra ovälkomna känslor? I "Styr dina tankar till ett bättre liv" lotsar Mikael läsaren steg för steg genom de komponenter som ger människan de bästa förutsättningarna till att må bra och hur vi kan skapa vårt bästa möjliga liv. Boken förmedlar dig effektiva verktyg, metoder och knep som kommer att förenkla din tillvaro och leda dig till ett bättre och gladare liv.

När Mikael var sju år satt han och dagdrömde, högt uppe i ett träd. Här såddes ett frö till hans stora dröm, att inspirera människor till att må bra. Efter en allvarlig hjärninflammation, som han drabbades av för åtta år sedan, började han forska i hur vi kan styra oss själva till att må ännu bättre och få ut mer av livet. Så när han började skriva boken för 2 år sedan hade han allt material som han behövde för att förverkliga drömmen om "Styr dina tankar till ett bättre liv".

Mikael von Matérn är 39 år och är bosatt i Alingsås. Idag har han hela Sverige som arbetsfält, men till hösten lanserar han även sin nya bok i USA. Mikael har arbetat som föreläsare, coach och egen företagare i 15 år. Han startade sitt första företag när han var 21 år, och idag arbetar Mikael som föreläsare och författare via sitt eget företag, Vinnande försäljning. För tre år sedan lanserade han sin första bok "Så blev jag en stjärnsäljare - 44 avgörande faktorer" och har nu kommit ut med boken "Styr dina tankar till ett bättre liv".

För mer information och recensionsex. var vänlig kontakta:

Jimmy Sjökvist
jimmy.sjokvist@vulkan.se
073-689 41 22

Mikael von Matérn
mikael.matern@vinnandeforsaljning.se
0761-16 24 41

Styr dina tankar till ett bättre liv



Hur du skapar ditt bästa möjliga liv
Mikael von Matérn

Titel: Styr dina tankar till ett bättre liv -
Hur du skapar ditt bästa möjliga liv
Författare: Mikael von Matérn
Utgivningsdatum: 20131129 på Vulkan
ISBN:9789187507816