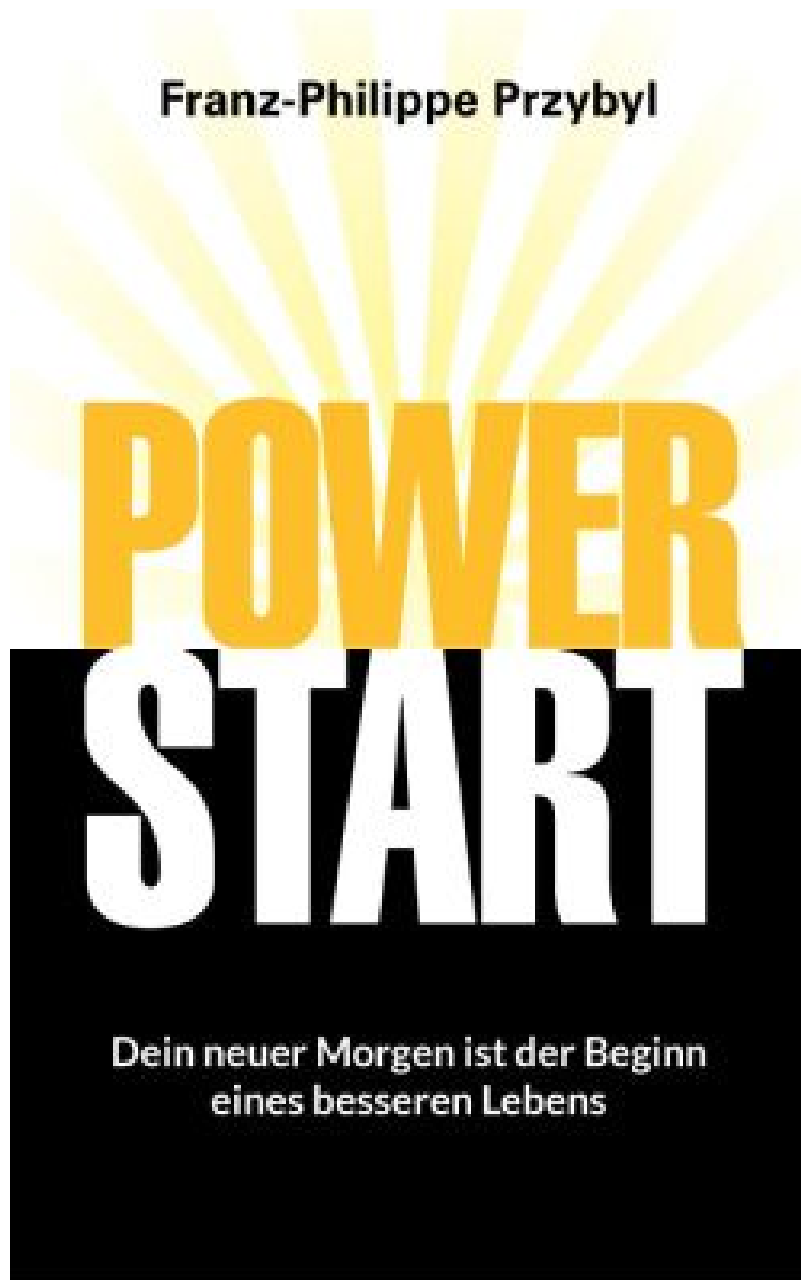


PowerStart – Eine Anleitung für den perfekten Start in den Tag

22.01.2019, 17:53 | Freizeit, Bunt, Vermischtes

Pressemitteilung von: *Franz-Philippe Przybyl*



PowerStart Buch Cover

In den letzten Tagen war Bastian Yotta aus dem Dschungelcamp und sein Miracle Morning in aller Munde. Der Ausruf "I'm strong, healthy and full of energy" hat im Internet schon sein Eigenleben entwickelt. Aber steckt vielleicht doch etwas positives und mehr in einem solchen Morgenritual? Eine fundierte Anleitung wie jeder sein persönliches Morgenritual auch jenseits von Chaka-Chaka einführen kann, findet sich im jetzt erscheinenden Buch „PowerStart – Dein neuer Morgen ist der Beginn eines besseren Lebens“.

Das Buch zeigt die 8 Grundpfeiler des Erfolgs für mehr Glück, Erfüllung und weniger Stress im Leben. In einem mehrstufigen Prozess können die Leser herausfinden, was das für sie ganz persönlich bedeutet und wie sie daraus ihr ganz individuelles Morgenritual entwickeln können. Mit dem PowerStart geht es im mit mehr Energie, Fokus und Motivation in den Tag. Dabei geht es nicht um ein möglichst frühes Aufstehen gepaart mit lauten Affirmationen wie im Dschungelcamp praktiziert. Ein PowerStart ist ein balanciertes System verschiedener Elemente, die langfristig dazu führen, dass man im Leben glücklicher und ausgeglichener wird. Man bewegt sich weg von einer ständigen Reaktion auf die Ereignisse des Alltags hin zu einem selbstbestimmten und -kontrollierten Leben. „Du kannst Dein Leben nicht völlig am nächsten Morgen verändern, aber indem du Deinen Morgen änderst, kannst du den Weg für ein völlig neues Leben bereiten.“ ist Franz-Philippe Przybyl überzeugt.

Das Buch befasst sich aber nicht nur mit dem Morgenritual, sondern zeigt auch Möglichkeiten, sich selbst während des Tages positiv zu beeinflussen. Warum man den Tag am besten bei einem Abendritual abschließt gehört ebenfalls mit zu den Themen des Buches.

Es gibt kein magisches Rezept, dass für alle gleich wirkt, deshalb wird auch nicht DAS Morgenritual beschrieben, sondern eine Anleitung gegeben, wie sie jeder Mensch genau auf seine Bedürfnisse und individuellen Vorlieben zuschneiden kann.

Viele Bücher erklären den Lesern WAS sie machen können, aber lassen sie dann hängen, WIE das dann tatsächlich umzusetzen ist. PowerStart will genau diese Lücke füllen. Das Buch enthält zahlreiche konkrete Aufgaben, Checklisten und Vorlagen, die die Leser sofort einsetzen können.

Die bereits erschienene englische Ausgabe des Buches hat viel Aufmerksamkeit erhalten und wurde von bekannten Persönlichkeiten gelobt, so z.B. von Jack Canfield, dem Co-Autor von Hühnersuppe für die Seele und Kompass für die Seele: So bringen Sie Erfolg in Ihr Leben, „Dieses Buch ist voll von nützlichen Ratschlägen, basierend auf solider Recherche, um ein höheres Maß an Energie, Erfolg und Erfüllung in Deinem Leben zu erreichen.“ oder Marci Shimoff, der New York Times Bestseller Autorin von Glücklich ohne Grund. „Als starker Impulsgeber bietet dieses Buch Tipps, Werkzeuge und Übungen, um Dein größtes Potenzial zu erschließen.“

Das Buch „PowerStart – Dein neuer Morgen ist der Beginn eines besseren Lebens“ wird am 5. Februar 2019 veröffentlicht. Es kann jetzt bereits auf Amazon vorbestellt werden. Mehr Infos gibt es auf <https://www.meinpowerstart.de>.

Portrait

Der Autor Franz-Philippe Przybyl auch bekannt als "FPP", da nur wenige Menschen seinen Namen aussprechen können, ist Unternehmer, Speaker und Autor. Er lebt als Ehemann und Vater in Berlin. Er hat in seinem Leben bereits in den Vereinigten Staaten, Deutschland, England, Hongkong und Gabun gelebt und gearbeitet. Als Unternehmer hat er innerhalb weniger Jahre mehrere Unternehmen von Null auf mehrere Millionen Euro Umsatz und Gewinn aufgebaut. Beim Platzen der New Economy Blase Anfang der 2000er und den Nachwirkungen der Finanzkrise 2008/2009 sind auch seine Unternehmen und Träume geplatzt. Er musste wieder bei Null anfangen und alles wieder von vorne aufbauen. Basierend auf seine eigenen Erfahrungen und jahrelangen Recherchen hat er das Buch PowerStart geschrieben.

News-ID: 1034568 • Views: 871 (Stand: 08.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1034568/PowerStart-Eine-Anleitung-fuer-den-perfekten-Start-in-den-Tag.html>