



[BK] BETTINA KAHLAU  
EXECUTIVE CONSULTING

## IMPULSE 2017 – Oktober

### Schönheit à la ... Audrey Hepburn

Stellen Sie sich vor, Sie sind zu einer Ayurveda-Kur nach Sri Lanka geflogen. In eine sehr ursprüngliche Anlage, in der großen Wert auf „innere“ Schönheit, Natur und Gesundheit nach den ayurvedisch-medizinischen Traditionen gelegt wird. Da sehen Sie plötzlich an der Tafel ein Bild von Audrey Hepburn mit der Überschrift: „Als man Audrey Hepburn nach ihren Beauty-Tipps fragte, hat sie folgenden Text geschrieben.“

Im ersten Moment hab ich gedacht, was soll das denn? Und schon in der ersten Zeile wurde ich eines Besseren belehrt.

„For attractive lips speak words of kindness.  
For lovely eyes seek out the good in people.  
For a slim figure share your food with the hungry.  
For beautiful hair let a child run his/her fingers through it once a day.  
For poise walk with the knowledge that you never walk alone.  
People, even more than things, have to be restored, renewed, revived, reclaimed and redeemed;  
never throw out anyone.  
Remember, if you ever need a helping hand, you will find one at the end of your arms.  
As you grow older, you will discover that you have two hands; one for helping yourself, and the other for helping others.“\*

Ich denke, es lohnt sich – egal, ob Frau oder Mann – einmal bewusst darüber nachzudenken, wie die eigene, gelebte Haltung zum Thema Schönheit aussieht.

Die **Verführung** und der **Druck** einem ganz bestimmten von den Medien, der Werbung oder wem auch immer propagierten Schönheitsideal zu entsprechen, sind heute hoch. Aufgespritzte Lippen, unterspritzte Falten, korrigierte Lider, Fett absaugen, übertriebene Sportprogramme, immer wieder neue Diäten ... Es gibt jede Menge (teure) Angebote für einen vermeintlich ewig jungen und vor Kraft strotzenden Körper.

UND - was ist mit der Idee, im Einklang mit Körper, Geist und Seele zu leben?

**Können Sie dem Druck von außen standhalten? Was ist Ihre Einstellung zum Thema Schönheit? Nehmen Sie sich – am besten gleich – einfach mal kurz die Zeit und schreiben Sie Ihre ganz persönliche Antwort dazu auf. Nur für Sie selbst oder auch zum Teilen.**

Ich bin sicher, Ihre Gedanken werden Sie bereichern! Mir selbst ging es zumindest so.

Meine Haltung finden Sie hier: [7 goldene Tipps für Ihre Schönheit - auch zum Download.](#)

Ich wünsche Ihnen ein „schönes“ Leben

Ihre

Bettina Kahlau

**\*Entdeckt im Barberyn Ayurveda Resort, Sri Lanka, Beruwela; August 2017**

**UND ... was Sie keinesfalls verpassen sollten:**

Der **zweite Artikel** zu **"Führungs-Crash in Sicht"** ist auf dem **IBM THINK BLOG** publiziert. Erfahren Sie: **Digital Leadership - aber wie?**

<http://www.bettinakahlau.com/digital-leadership-aber-wie/>



<http://www.bettinakahlau.com/digital-leadership-aber-wie/>

**IMPULSE tanken:** Haben Sie Lust auf mehr? Sie sind herzlich eingeladen

hier [www.bettinakahlau.com/impulse](http://www.bettinakahlau.com/impulse) oder hier [www.bettinakahlau.com/news](http://www.bettinakahlau.com/news) zu stöbern.

## NACHWORT – IMPULSE 2017 – WIESO?

Gute Gedanken prägen diese Impulse, Inspirationen und Weisheiten, die ich für Sie geschrieben habe. Sie wollen nicht belehren, sondern anstiften zum Querdenken, Andersdenken, Einfühlen, Weiterdenken und Weitermachen. Sie erhalten monatlich neue Impulse. Wenn Sie diese nicht mehr erhalten wollen, dann können Sie sich weiter unten auf der Seite einfach „Austragen“. Wenn Sie die Impulse interessant für andere finden, dann leiten Sie sie gerne weiter.

Teilen Sie gern Ihre Gedanken und folgen Sie mir auf [Facebook](#), [Google+](#) oder schreiben Sie mir eine E-Mail an: [bettinakahlau@bettinakahlau.com](mailto:bettinakahlau@bettinakahlau.com). Ich freue mich immer wieder sehr über Ihr Feedback und Ihre Anregungen!

### Impressum:

[BK] BETTINA KAHLAU – EXECUTIVE CONSULTING  
Große Elbstraße 49 · 22767 Hamburg  
Telefon: +49 151 67 52 56 90 · E-Mail: [info@bettinakahlau.com](mailto:info@bettinakahlau.com)  
[www.bettinakahlau.com](http://www.bettinakahlau.com)  
USt-IdNr. DE 292 841 442

### Copyright:

Alle hier bereitgestellten Texte, Bilder, Grafiken, das Layout und der HTML-Code sind urheberrechtlich geschützt. Nutzer können einzelne Dateien oder Inhalte herunterladen, nutzen sowie Ausdrucke anfertigen, soweit dies ausschließlich privaten Zwecken dient. Inhalte und vorhandene Urheberrechtsvermerke dürfen nicht verändert oder entfernt werden. Jede andere Art der Vervielfältigung, Übernahme, Übertragung, Entnahme, Weiterverwendung, des Kopierens oder des Verfügbarmachens der Homepage oder einzelner ihrer Teile, insbesondere für die Verwendung in elektronischen Medien oder drucktechnischen Erzeugnissen und/oder zu gewerblichen Zwecken, ist untersagt und bedarf meiner ausdrücklichen vorherigen Einwilligung.

Diese E-Mail wurde gesendet von [info@bettinakahlau.com](mailto:info@bettinakahlau.com)  
Kein Interesse an den Impulsen? [Austragen](#) | An den Impulsen interessiert? [Eintragen](#) |