

Viele Leben, ein Magazin · [www.myself.de](http://www.myself.de)

■ WAHRES LEBEN ■ MODE ■ SCHÖNHEIT ■ DENKEN & FÜHLEN ■ GENIEßEN ■ ZUHAUSE ■ ENTDECKEN

# myself

Die Wohlfühl-Ausgabe

FEBRUAR 2011  
3 €  
DEUTSCHLAND,  
ÖSTERREICH  
UND SCHWEIZ

Loslassen,  
glücklich  
werden  
**Warum Karriere  
nicht alles ist**

*So schön!*  
Die Mode-Trends  
des Frühjahrs

**Extra: Ernährungs-Plan  
zum Raustrennen**

## Schlank ohne Stress

Abnehmen mit  
den **gesündesten**  
Lebensmitteln der Welt

Mein Tantra-  
Experiment  
**In 2 Stunden zu  
besserem Sex**

Seien Sie nett  
zu Ihrem Körper!

**15** Dinge, die  
guttun

Supertalent *Gwyneth Paltrow*  
...und jetzt singt sie auch noch



