

Gisela Rieger





Widmung

Glück

Das Leben hält unglaublich
viele Glücksmomente für uns bereit.
Wir brauchen nur unsere Augen zu öffnen -
um zu sehen,
wir brauchen nur unsere Ohren zu öffnen -
um zu hören,
wir brauchen nur unser Herz zu öffnen -
um zu fühlen.

Wenn wir das tun, dann brauchen wir uns
nicht zu wundern, wenn aus den kleinen
Glücksmomenten das
große Glück entsteht.

Ausschau halten

Auf dem Aussichtsturm des Lebens
solltest du immer Ausschau halten,
nach den vielen kleinen Dingen,
die deinem Leben Freude geben.

Jeder Tag

schenkt uns immer wieder aufs Neue:
24 Stunden, 1.440 Minuten und 86.400 Sekunden.

Diese Zeit sollten wir als Geschenk annehmen.

An jedem Tag,
wie arbeitsreich er auch sein mag,
sollten wir uns immer ein paar
kleine Auszeiten gönnen,
um ganz viele Glücksmomente
fürs Herz zu sammeln.

Kleine Prise

Selbst eine kleine Prise Glück
gibt dem Leben schon
einen ganz anderen Geschmack.

Glück & Zufriedenheit

Ein Schüler fragte seinen Meister: »Warum ist hier jeder glücklich und zufrieden außer mir?« Der Meister antwortete: »Weil sie in allem das Gute und Schöne sehen.« »Aber warum kann ich mich

nicht auch an dem Guten und Schönen erfreuen?« »Weil du im Außen nur erkennen kannst, was du auch in deinem Inneren siehst.«

Nach einer Zen-Geschichte



Gedanken

Das Glück deines Lebens hängt
von der Beschaffenheit deiner Gedanken ab.

Marcus Aurelius, 121–180



Frühling

Wer den Frühling in seinem Herzen trägt,
kann sogar unter einem Schneefeld
die Krokusse erahnen.

Wer den Frühling in seiner Erinnerung trägt,
weiß ganz genau,
welche Schicksalsschläge auch kommen mögen,
dass es immer wieder einen
Frühling geben wird.



Zeit

Jeden Tag geht am Morgen die Sonne auf
und am Abend wieder unter.

Jeder kann bestimmen,
wie er das Tageslicht nutzt
und welchen Wert er
dieser Zeit gibt.

Gisela Rieger

Glücksoase

Quellen
der
Lebensfreude

Die vielen kleinen Glücksmomente
füllen die große Schatztruhe des Lebens.
Entdecke inspirierende Zitate,
Geschichten & Weisheiten fürs Herz.



9 783982 353050

9,90 € (DE)