

GISELA RIEGER

*Kraft*  
QUELLEN  
DES LEBENS



INSPIRIERENDE ZITATE

Widmung



# Freude

In einem Haus,  
in dem die Freude herrscht,  
klopft oft auch das Glück  
an die Tür.



# Das Leben

Auch wenn es manchmal  
anders aussieht,  
vertraue darauf, dass immer  
das Beste für dich geschieht.  
Wenn sich eine Türe vor dir verschließt,  
erkenne die neuen Türen,  
die sich für dich öffnen.  
Suche auch in Niederlagen  
nach dem verborgenen Glück.  
Mache dir täglich bewusst,  
wofür du dankbar sein darfst.  
Bringe jeden Tag einen  
Menschen zum Lachen,  
selbst wenn du dich nur  
im Spiegel anlächelst.  
Erinnere dich an das,  
was dir Spaß und Freude macht,  
und wiederhole dies  
so oft wie möglich.



# Blickwinkel

Lebe den AUGENBLICK und bedenke, dass der WEITBLICK ebenso wichtig ist wie der RÜCKBLICK, um den ÜBERBLICK zu bewahren. Erfreue dich am ANBLICK schöner Dinge sowie am AUSBLICK auf wundervolle Landschaften.

Um keinen TUNNELBLICK zu bekommen, solltest du EINBLICK in verschiedene Situationen nehmen und vieles mit SCHARFBlick betrachten.

Im HINBLICK und FERNBLICK kannst du vieles erfahren und mit KLARBLICK im RUNDBLICK alles erfassen. All die verschiedenen Blickwinkel sind ein LICHTBLICK fürs Leben.



# Zeit

Nimm dir Zeit zum Ausruhen, das ist die Quelle der Kraft.  
Nimm dir Zeit zum Glücklichsein, das ist die Quelle der Freude.  
Nimm dir Zeit für deine Freunde, das ist die Quelle des Zusammenhalts.  
Nimm dir Zeit für deine Familie, das ist die Quelle der Geborgenheit.  
Nimm dir Zeit zum Spielen, das ist die Quelle der Leichtigkeit.  
Nimm dir Zeit zum Lesen, das ist die Quelle der Weisheit.  
Nimm dir Zeit, auf dein Herz zu hören, das ist die Quelle der Liebe.



## Fundament

Wünsche, Träume und Ziele  
sind ein gutes Fundament,  
um ein glückliches,  
erfülltes Leben aufzubauen.

## Auftanken

Über den Weg zur Natur  
findet man leichter den Weg  
zu sich selbst.

Wenn deine Energiereserven  
aufgebraucht sind,  
dann gehe in die Natur,  
um wieder aufzutanken.





## Glaubenssätze

Glaubenssätze haben eine ganz besondere Macht.

Es kommt alleine auf uns selbst an, ob wir uns von negativen Glaubenssätzen im Leben behindern lassen, oder ob wir uns von positiven Glaubenssätzen, die uns motivieren und bestärken, leiten lassen.

## Macht der Gedanken

Wer an Glück denkt, dem wird das Glück eher zufliegen als dem, der nur das Unglück vor Augen hat.

Wer an Erfolg denkt, wird vermutlich erfolgreicher sein als jener, der stets Misserfolg befürchtet.

Wer positiv an Veränderungen denkt, wird mehr Neues zulassen als derjenige, der aus Unentschlossenheit an Negativem festhält.

Wer in Dankbarkeit an das Gute im Leben denkt, wird immer zufriedener sein als der Undankbare.

Wer an die Liebe denkt, wird ein erfüllteres und liebevolleres Leben führen als jene, die Neid, Hass und Missgunst in sich tragen.

GISELA RIEGER

# Kraft QUELLEN DES LEBENS



Entdecke die Kraftquellen  
des Lebens.

Schöpfe aus inspirierenden Zitaten  
Stärke und Lebensmut.

Eine besondere Geschenkidee  
für sich selbst und liebe Freunde.



9 783911 039147

3,95 € (DE)