

# GUT, DASS ES DICH GIBT!



Ohne dich,  
ohne deine Stärken und Schwächen,  
ohne dein Lächeln und deine Tränen,  
ohne deine Worte und dein Zuhören,  
ohne deine unbestechliche Ehrlichkeit  
und deine ansteckende Fröhlichkeit,  
ohne deine zärtlichen Berührungen  
und deine handfesten Auseinandersetzungen,  
ohne deine grenzenlose Zuneigung  
und deine erbarmungslose Abneigung  
gegenüber allem Gekünstelten,  
allen Herz- und Hirnlosigkeiten –  
ohne dich wäre die Welt  
um vieles ärmer, kälter,  
leerer und hoffnungsloser.

*(Gut, dass es dich gibt!)*

## DANKBARKEIT

Ich habe mich entschieden,  
für alles Vergangene  
in meinem Leben  
dankbar zu sein.

Das macht die Erinnerungen  
wertvoll.

Ich habe mich entschieden,  
für alles, was mir  
die Gegenwart schenkt,  
abverlangt und nimmt,  
dankbar zu sein.

Das macht mich zufrieden.

Ich habe mich entschieden,  
schon jetzt für alles Kommende  
dankbar zu sein.

Das macht mich  
zuversichtlich und gelassen.



Ein erfülltes Leben ist keine Folge  
der Erfüllung aller Wünsche.

Es ist die Frucht eines  
mit Liebe erfüllten Herzens.



Zum Glücklichsein  
gibt es einen Universalschlüssel:  
die Dankbarkeit.



Das Geheimnis der Zufriedenheit  
liegt auch darin,  
für das Geschenk Leben  
dankbar zu sein.





DAS AUF DAUER WIRKSAMSTE  
SCHÖNHEITSMITTTEL IST  
*die Freude  
am Leben.*

## WAS UNS GUTTUT

Anerkennende Worte  
tun uns gut.

Fröhliche Blicke  
tun uns gut.

Freundschaftliche Umarmungen  
tun uns gut.

Herzliche Begegnungen  
tun uns gut.

Wir täten gut daran,  
uns gegenseitig  
möglichst oft  
Gutes zu tun.



Das Gute beginnt im Kopf an,  
das Beste im Herzen.