



Pierre Franckh
Einfach glücklich sein!
7 Schlüssel zur Leichtigkeit des Seins

Glück ist... Bewusstsein

Tue alles, was dich zu deinem Glück führt, und unterlasse alles, was dich davon abbringt. Um in den Genuss dauerhaften Glücks zu kommen, bedarf es nicht eines großen, sondern vieler kleiner Schritte. Glück ist, es einfach nur zuzulassen.

Glück ist... Veränderung

Begrüße jede Veränderung in deinem Leben. Stets waren es Veränderungen, die uns ein Gefühl von Glück bescherten. Jedes Scheitern ist eine Chance, dem eigenen Glück wieder nahe zu kommen. Glück ist, jede Korrektur des Schicksals als Chance anzunehmen.

Glück ist... Loslassen

Löse dich von nicht erfüllten Hoffnungen. Wenn wir uns gegen Verluste stemmen, werden wir das Glück niemals in den Händen halten. Eine Niederlage wird erst dann zu einer, wenn wir danach nicht mehr aufstehen. Glück ist, es auch im Unglück erkennen zu können.

Glück ist... Selbstliebe

Werde zu deinem eigenen Fürsprecher. Nur wenn wir die Meinung anderer ablegen, sind wir fähig, unsere eigene Wahrheit zu leben. Achte auf das, was du über dich denkst und was du über dich sagst. Glück ist, die eigene Wahrheit wieder in sich zu entdecken.

Glück ist... Hingabe

Lebe das ganze Potential deiner Partnerschaft. Wenn wir das Gefühl haben, dass wir uns innerhalb der Partnerschaft nicht verändern dürfen, werden wir die Partnerschaft nicht als glücklich empfinden. Glück ist, stets etwas Neues am Partner entdecken zu dürfen.

Glück ist... eine Entscheidung

Nimm dein Leben selbst in die Hand. Nicht das Glück kommt zu uns, sondern wir bewegen uns zu unserem Glück. Das Glück entsteht aus einer inneren Haltung heraus. Glück ist, die eigenen wahren Werte zu entdecken.

Glück ist... Jetzt

Streiche aus deinem Wortschatz Begriffe wie ‚irgendwann‘ und ‚eines Tages‘. Wenn du morgens wach wirst und aufstehst, werde wach für dein Leben. Heute ist dein Tag. Glück ist, die Gegenwart in ihrer ganzen Fülle zu genießen.